**Конспект урока по физической культуре**

**для обучающихся \_\_\_\_4\_\_\_ класса**

**Место проведения** *Спортивная комната*

**Время проведения** *4урок*

**Инвентарь** гимнастические маты, скакалки, учебники

**Проводящий** *учитель физической культуры Гейбель И.В.*

**Тема урока** *Совершенствование техники кувырка вперед. Развитие силовых качеств.*

**Задачи урока**

*1. Совершенствовать технику кувырка вперед*

*2. Развивать силовую выносливость*

*3. Воспитывать самостоятельность, формировать УУД.*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| *Части*  *урока* | *Содержание* | *Дозирование*  *нагрузки* | *Организационно-*  *методическиеуказания* |
| ***Подготовительная часть 7-8 мин*** | | | |
|  | *Объявление темы, задач урока*  *Вопросы обучающим;*  *Виды гимнастики? Какие гимнастические упражнения вы знаете?*  *Разминка: бег -2-3 мин, комплекс ОРУ без предметов* |  | *Построение в 1 шеренгу*  *Отвечают на вопросы.* |
| ***Основная часть-25-30 мин*** | | | |
| *1*  *2* | *Работа на учебных местах.*  *1.Учебное место. Подъем туловища из положения лежа.*  *2. Учебное место. Прыжки на скакалке*  3.*Учебное место. Кувырок вперед из упора присев до упора присев.*  *4.Учебное место. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа.*  *Игра «Кто быстрее».* | *Мальчики-2-15р., девочки 2-10 р.*  *Девочки-2-40р.;мальчки-2-30р.*  *Техника выполнения*  *Мальчики 2-15р., девочки 2-10р.* | *Класс делится на 4 группы. Старший(впередистоящий обучающийся) в группе отвечает за дисциплину и страховку. Переход с учебного места осуществляется по сигналу учителя после выполнения на местах всех заданий.*  *Во время паузы получают скороговорку, которую нужно будет четко произнести в конце урока.*  *Учитель осуществляет контроль за нагрузкой ,техникой безопасности и указывает на ошибки в процессе выполнения заданий*  *Группы соревнуются кто быстрее встанет с мата из различных исходных положений.* |
| ***Заключительная часть-5-7 мин.*** | | | |
|  | *Подведение итогов.*  *Обучающие по очереди произносят скороговорку, находят домашнее задание.*  *Построение в одну шеренгу. Организованно выходят из спортивной комнаты по команде учителя.* |  | *Класс сидит на гимнастической скамейке. Дежурный раздает учебники. Находят домашнее задание. Произносят по очереди скороговорку.*  *Строятся в одну шеренгу.*  *Организованно покидают спортивную комнату.* |