**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.* |