**Конспект сюжетно-ролевого урока по физическому воспитанию, проведённого в 3-м классе (урок-путешествие)**

Учитель Николаева С.В.

**Цель:** культивирование творческого, целостного отношения к собственным физическим способностям.

**Задачи:**

1. Развивать прыгучесть, ловкость, меткость, быстроту.
2. Закрепить навык бега.
3. Воспитывать интерес к активной двигательной деятельности, чувство коллективизма, товарищества, положительных морально-волевых и физических качеств.
4. Способствовать всестороннему физическому развитию.

**Место проведения:** спортивный зал.

Литература: В.М.Качашкин «Методика и теория физического воспитания».

**Инвентарь:** кегли, обручи, дуги для подлезания, малые мячи, кубики, гимнастические скамейки.

**Оборудование:** кленовые листья, костюм лисы, карманы, кости, бананы, медали, грибочки, магнитофон, плакаты с животными.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Часть урока | Содержание материала | Дозировка | Методические указания |
| 1Подготовитель  ная | Играет музыка.  «Осень настала, холодно стало, птички улетают, листья опадают».  Ой! Здравствуйте, ребята! А что вы делаете в моём осеннем лесу? Какое сейчас время года? А в моём лесу ещё осень, хотите попутешествовать вместе со мной? Тогда все за мной, шагом-марш! Вышли мы на поляну давайте побегаем, бегом-марш! Шагом-марш, глубокий вдох-выдох. Останавливаемся. Ах, какой сказочно-красивый ковёр из листьев. Давайте перестроимся чтобы каждый оказался рядом с листочками. Берите в руки листочки. С какого дерева эти листья? Давайте, мы выполним упражнения с этими листьями. Но для того чтобы качественно выполнить упражнения, посмотрите не мешаете ли вы друг другу?  **1.**В нашем лесу растут деревья, покажем какие они.  И.п.-о.с.  1-руки вперёд  2-руки вверх  3-руки в стороны  4- и.п.  **2.**Каждое деревце, хочет вырасти и тянется к солнышку.  И.п.- стойка руки в стороны  1- скрестный мах рук  2- и.п.  3-4 – тоже, что 1-2  **3.**При ветре деревья в лесу качаются  И.п.-стойка руки вверх  1-наклон влево  2-и.п.  3-наклон вправо  4-и.п.  **4.**Когда ветер сильный с деревьев опадают листья  И.п.-стойка ноги врозь  1-наклон вперёд, листья положить на пол  2-и.п.  3-наклон вперёд. Поднять листья  4-и.п.  **5.**В лесу растут не только большие деревья, но и маленькие  И.п.-стойка руки в стороны  1-приседание руки вперёд  2-и.п.  3-4-тоже что 1-2  **6.**На деревьях живут белочки, они прыгают с ветки на ветку  И.п.-о.с.  1-прыжок ноги врозь, руки в стороны  2-и.п.  3-4-тоже что 1-2  **7.**А под деревьями хожу я, красавица лиса.  1-2-3-4-ходьба на месте  Перестроение в колонну по одному. | 10 мин.  1,5 круга  3 круга  6 раз  6 раз  6 раз  6 раз  6 раз  6 раз | Слежу  Хххххххххххх  жу  за  организацией, внешним видом.  Ходьба по залу с заданием.  Бег с изменением направления.  Х хххххххххххххх    перестроение в 3  колонны для упражнений.  Руки прямые, поднимаемся на носки, посмотреть на руки  Руки прямые, отводить точно в сторону  Наклон точно в сторону, руки прямые  Колени не сгибать, листья не бросать  Приседать полностью, руки прямые  Прыжок шире, руки прямые точно в сторону |
| 2  Основ  ная | Я тут побывала у своей двоюродной сестры в гостях, которая живёт в джунглях, она познакомила меня со многими животными. Я вам привезли их портреты. Как вы думаете, на какие две группы по питанию делятся эти животные? Все эти звери быстрые, ловкие, прыгучие. Мне сказали, что вы тоже такие. А я не верю, давайте проверим. А что для этого нужно? Значит, будем развивать двигательные качества: быстроту, выносливость, ловкость, прыгучесть. Сейчас мы с вами устроим соревнования, между хищниками и травоядными. Давайте проведём жеребьёвку. У меня есть корзиночка с грибочками. Доставайте любой. Что вы заметили? Как называются грибы? Почему?  Нам нужны капитаны. В каждом семействе грибов, есть самый главный большой гриб. У кого такой гриб, тот и будет капитаном. Перестроение в 2 колонны. За каждое задание можно получить банан или кость, но чтобы их заработать надо всё правильно выполнять, ровно стоять в колонках.  **1.**Гуляя по джунглям, мы с сестрой наткнулись на тигра, он зарычал и хотел нас проглотить, но мы с сестрой хитрые и умеем заметать следы, бегая между палками бамбука, перепрыгивая через кочки. Так убежали мы от тигра. А вы бы убежали от тигра?  **2.**Пошли мы с сестрой дальше и получили кокосовым орехом по голове. Подняли головы и как вы думаете, кого мы там увидели на пальме? Вы такие же меткие?  **3.** Вдруг мы с сестрой увидели Енота, он выбегал из норки, перебегал реку по бревну, на другом берегу ловил рыбу и относил её в свой домик. Вы так можете?  Эта команда была самыми быстрыми енотами.  **4.**Много чего интересного я ещё увидела в джунглях: видела, как ползает удав, как быстро прячется в норе енот, почуяв опасность, как ловко прыгает с ветки на ветку пантера. Хотите побывать и удавом, и енотом, и пантерой? Предлагаю вам заключительную эстафету.  **5.** Вожаки в племенах тоже состязаются, пусть и наши капитаны посоревнуются. Я задам вам три вопроса, кто первым отвечает, приносит своей команде очко.  Подведение итогов эстафет.  Капитаны несите из конвертов кости и бананы будем подводить итоги наших эстафет.  Кто-то победил, кто-то проиграл. Но мы все оказались в выигрыше, потому что каждый из нас нашел свою частичку добра, укрепил свою дружбу, испытал себя на прочность. И каждый из нас приобрёл профессию путешественника, поэтому всем я говорю МОЛОДЦЫ! И всем вам вручаются медали. | 28мин.  2 мин.  5 мин.  5 мин.  5 мин.  5мин.  3 мин.  3 мин. | Хххххххххххх    Дети достают по грибку.  Подберёзовики – хищники, подосиновики – травоядные.    Х хххх    х хххх  По команде марш добежать до кеглей, оббегать их зигзагообразно, перепрыгнуть любым способом через кубик и бегом обратно передать эстафету.  По команде марш добежать до обруча, взять мяч, метнуть по кегле, всё поставить на место и бегом обратно передать эстафету.  По команде марш выполняются прыжки на 1 ноге, до скамейки, бег по скамейке, взять кеглю, вернуться бегом обратно, передать эстафету следующему, самим становиться в конец колонны.  По команде марш добежать до скамейки, проползти по ней подтягиваясь руками, подлезть под дугу, прыгать на двух ногах из обруча в обруч и бегом обратно передать эстафету  1.Как называется игра на льду с клюшкой и шайбой?  2.Куда забивают мяч в футболе?  3.Что одевают фигуристы выходя на лёд?  Подсчёт костей и бананов. |
| 3  Заключительная | Вот и подошло к концу наше путешествие. И я вам хочу подарить наказ.  И напоследок у нас с вами будет необычное перестроение. У меня есть три картинки. Подойдите к той которая вам больше всего нравиться.  Хорошие вы детки, но нам пора расставаться, сейчас я вас выведу из своего леса. За мной шагом-марш! | 2мин. | Зачитывание наказа. |