



# Внеурочное занятие

## Подвижные игры

Разработчик Жигало Н.В.  
учитель начальных классов  
МОУ «СОШ №12»  
Г. Анжеро-Судженска

# Тема «Мой весёлый, звонкий мяч»

Занятие внеурочной деятельности для обучающихся 1-го класса





# Цель

Освоение первичных навыков и умений по организации и проведению утренней гимнастики, подвижных игр в помещении с использованием малого мяча.



# Планируемые результаты

Личностные универсальные учебные действия:

Приобретение навыков и умений:  
бросать и ловить мяч, соблюдать правила безопасного поведения во время проведения подвижных игр.



# Планируемые результаты

Познавательные универсальные учебные действия:

Осмысление роли и значения утренней гимнастики и подвижных игр для укрепления здоровья и развития основных систем организма.



# Планируемые результаты

Коммуникативные универсальные  
учебные действия:

Формирование правил общения при  
совместно-игровой деятельности.



# Планируемые результаты

Регулятивные универсальные учебные действия:

Развитие умения ставить

-цель,

-составлять план действий,

-выполнять правила игры,

-договариваться для совместной игры.



# Ресурсы

Малые мячи



# Этапы занятия

Организационный момент

Формирование коммуникативных УУД

-Оцените спортивную форму товарищей с целью безопасности на занятии.

-Что посоветуете друг другу?





# Этапы занятия

Целеполагание и мотивация

Формирование регулятивных УУД

-Что способствует укреплению здоровья?

# Этапы занятия

Актуализация знаний

Формирование познавательных УУД

-Что такое утренняя зарядка?

-Какой инвентарь можно использовать для проведения утренней зарядки?

# Этапы занятия



Вводная часть

Формирование  
личностных УУД

- Построение в шеренгу, в колонну.
- Ходьба по залу.
- Построение в колонну по четыре.
- Комплекс упражнений с малым мячом.

*(Приложение №1)*

# Этапы занятия

Игра малой подвижности

Формирование

личностных и

коммуникативных УУД

-Объяснение правил игры

«Передал – садись».

-Проведение игры

«Передал – садись».

*(Приложение №2)*

# Этапы занятия

Основная часть

Подвижная игра

Формирование познавательных УУД

-Объяснение правил игры «Охотники и утки». *(Приложение №3)*

-Что вы, ребята, знаете о птицах?

# Этапы занятия

Заключительная часть

Игра малой подвижности

Формирование личностных и коммуникативных УУД

-Повторение правил игры «У кого мяч?»

-Проведение игры «У кого мяч?»

*(Приложение №4)*



# Этапы занятия

Рефлексия

Формирование личностных и  
коммуникативных УУД

-Ради чего на занятии мы осуществляли  
все действия?



# Приложение №1

Комплекс утренней зарядки

\* И.п. Пятки вместе, носки врозь.  
Руки опущены вдоль туловища.  
Мяч в левой руке.

- 1- Руки через стороны вверх.  
Мяч передаём в правую руку.
- 2- И.п.
- 3- Руки через стороны вверх.  
Мяч передаём в левую руку.
- 4-И.п. (Повторить 5-7 раз)

\* И.п. Ноги на ширине плеч.  
Руки с мячом сверху.

- 1- Наклон влево.
- 2 - И.п.
- 3 – Наклон вправо
- 4 – И.п. (Повторить 5-7 раз)

\* И.п. Пятки вместе, носки врозь.  
Руки опущены вдоль туловища.  
Мяч в левой руке.

- 1,3 –Мяч подбросить вверх.
- 2, 4 – Мяч поймать (Повторить 5-7 раз)

\* И.п. Пятки вместе, носки врозь.  
Руки опущены вдоль туловища.  
Мяч в левой руке.

- 1,3 –Мяч ударить об пол.
- 2, 4- Мяч поймать (Повторить 5-7 раз)

\* И.п. Ноги на ширине плеч.  
Мяч в левой руке

- 1- Мах правой ногой вперёд вверх.  
Мяч передаём под коленом в правую руку.
- 2- И.п.
- 3- Мах левой ногой вперёд вверх  
Мяч передаём под коленом в левую руку.
- 4-И.п. (Повторить 5-7 раз)

\* И.п. Сидя на полу. Ноги врозь, как можно шире.  
Мяч держим двумя руками..

- 1- Наклон к левой ноге.
- 2 - Наклон вперёд
- 3 – Наклон к правой ноге.
- 4 – И.п. (Повторить 5-7 раз)

\* И.п. Ноги на ширине плеч.  
Руки опущены вдоль туловища.  
Мяч в левой руке

- 1, 3 – Руки вверх, потянуться.
- 2, 4 - И.п. (Повторить 5-7 раз)

# Приложение №2

«Передал – садись»

Играющие делятся на две команды (по 8-10 человек в каждой) и выстраиваются на расстоянии 2 -3 метра друг от друга в колонну по одному. С правой (с левой) стороны от каждой команды ставится гимнастическая скамейка. Напротив, на расстоянии 4-6 шагов, чертятся круги. В них встают капитаны, каждый из них держит в руках мяч. По сигналу учителя (свистку, хлопку) капитаны бросают мяч своему игроку, стоящему впереди колонны. Тот, поймав мяч, бросает его обратно капитану и садится на скамейку. Капитан бросает мяч следующему игроку своей команды. Так продолжается до тех пор, пока, перебросив мяч капитану, не сядет последний игрок, а капитан, поймав мяч, не поднимет его вверх. Выигрывает команда, раньше закончившая игру.

*Указания к проведению игры*

1. Уронив мяч, игрок поднимает его, встаёт на своё место, а затем бросает капитану.
2. Участвовать в игре должен каждый игрок команды. 3. Более слабых игроков учитель ставит впереди команды, так как расстояние между капитаном и каждым следующим игроком всё увеличивается, поймать мяч становится всё труднее

# Приложение №3

## «Охотники и утки»

На полу мелом чертится прямоугольник размером 8X16 шагов. Играющие делятся на две команды (по 8 – 10 человек). Игроки водящей команды – охотники – стоят за линиями. Игроки другой команды – утки – стоят в середине прямоугольника. По сигналу учителя охотники бросают мяч в уток, таким образом, стараясь их осалить. Осаленный игрок выходит из игры и возвращается назад случае, если мяч с лёта пойман игроком его команды. Утки, стараясь спастись, увёртываются от мяча, бегают и прыгают внутри прямоугольника. Игра продолжается 3-5 минут, после чего команды меняются местами и ролями.

### *Указания к проведению игры*

1. Выигрывает команда охотников, осалившая большее количество уток.
2. Охотники не имеют право переходить через черту, в противном случае попадание не засчитывается.
3. Ловить мяч можно только с лёта.

# Приложение №4

«У кого мяч?»

Игроки образуют круг. Выбирается водящий. Он становится в центр круга, а остальные плотно придвигаются друг к другу. Игроки держат руки за спиной. Учитель даёт маленький мяч, дети за спиной передают его по кругу. Водящий старается угадать, у кого мяч. Он говорит: «Руки» - и тот, к кому обращается, должен выставить обе руки ладонями вверх, показывая, что мяча у него нет.

*Указания к проведению игры*

1. Если водящий угадал, он берёт мяч и становится в круг.
2. А тот игрок, у кого найден мяч, начинает водить. Игра проводится 2-3 раза.