

Урок
физической культуры, 2класс.
«Космическое путешествие на
Венеру»



Автор: Герасименко Н.Н.
Учитель физической культуры.
Высшая квалификационная категория.
п. Восток

Тема урока:

Повторение видов ходьбы и бега

Лазание по гимнастической
лестнице

Игра « Космонавты », эстафеты.

Задачи урока

Формировать и совершенствовать у детей двигательные умения и навыки

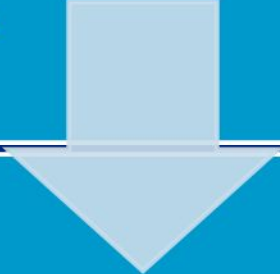


Учить детей лазанию по гимнастической стенке.



Развивать основные двигательные качества: быстроту, ловкость, выносливость, силу, развивать глазомер, развивать навык сохранения устойчивости положения.

Воспитывать дисциплинированность, дружелюбие, коллективизм. Создать детям радостное настроение, вызвать желание заниматься физкультурой.

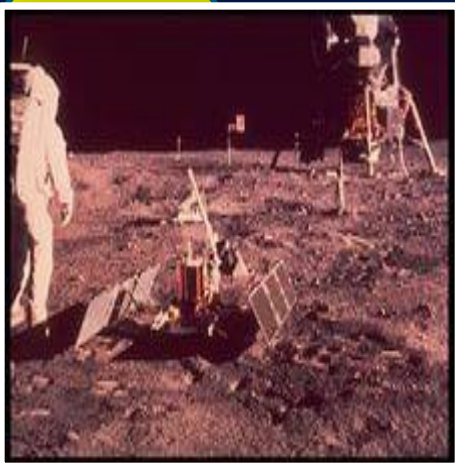


Познакомить детей с планетой Солнечной системы – Венера. Обогащать словарный запас детей.



Развивать речь детей, дикцию, внимание, воображение, познавательную активность.

Место занятия: спортивный зал.



Необходимый инвентарь:
гимнастическая лестница, 2
гимнастические скамьи, 6 обручей, 6
малых мячей, 5 кубиков, .



ХОД УРОКА.



1. Класс! В одну шеренгу становись! Ребята, вы уже многое знаете о космосе. На этом уроке я предлагаю отправиться в космическое путешествие на одну из планет Солнечной системы. Планета — одно из красивейших светил неба, поэтому ей древние греки присвоили имя богини любви и красоты. Как она называется, вы узнаете позже. А наблюдать за нашим космическим путешествием с Земли будут из Центра Управления Полетами.

У каждого космического экипажа должен быть командир. Мы его сейчас выберем. Игра на внимание. (Самый внимательный становится командиром и направляющим на время урока).



2. Класс! «Равняйся, смирно»! Экипаж космического корабля «Астронавты» к полету готов? По порядку номеров рассчитайсь! Прыжком напра – во! На месте, с левой ноги, шагом марш! Экипаж космического корабля «Астронавты», в обход по залу, на посадку в корабль, марш!

1) Обычная ходьба.

2) «Поднимаемся по лестнице к ракете». Ходьба с высоким подниманием бедра.

3) «У ракеты узкий вход, люк». Ходьба в приседе.

4) «Мы в ракете, всем приготовиться к запуску. 3, 2, 1 – пуск!

Ракета медленно отрывается от Земли. Легкий бег, руки подняты в стороны. «Скорость ракеты все увеличивается». Бег с ускорением.

5) «Ракета вышла на орбиту». Ходьба с восстановлением дыхания.

3. Расчет на 1-ый – 3-ий. Перестроение в три шеренги.

1) «Проверим, все ли системы работают нормально». – Выполнение поворотов головой вправо, влево, вверх, вниз. (3 раза).

2) «Включим кондиционер, музыку...» - Наклоны туловища вперед с имитацией нажатия кнопки. (6 раз).

3) «Как вы, ребята, думаете, все ли необходимое для полета взяли?» - поднимание и опускание плеч. (4 раза).

4) « В иллюминаторе вижу инопланетян, помашем им!» - Наклоны туловища влево и вправо. (6 раз).





Все готово для полета
руки вперед вверх.
Ждут ракеты всех ребят.
над головой.
Мало времени для взлета,
месте.
Космонавты встали в ряд.
врозь
Поклонились влево – вправо.
Отдадим земной поклон
Вот ракета полетела
ногах.
Опустел наш ракетодром
вверх.



Дети поднимают
Соединяю пальцы
Маршируют на
Прыжком – ноги
Наклоны в стороны.
Наклоны вперед.
Прыжки на двух
Присед, прыжки



Начинаем путешествие по маленькой горной планете. Перед нами громадная трещина.



Ходьба по скамейке.



Перешагивание
через кубики.



Лазание по
гимнастической
лестнице

Первый круг: пройти по скамейке- «мостику», через кубики- «камни», в обруч, на гимнастическую лестницу, перейти на соседнюю лестницу, в обруч, ходьба на скамейке.

Второй круг: по скамейке- «мостику, перешагивая через кубики – «камни», руки скрещены, прижаты к груди; соскочить в обруч, на нижнюю перекладину лестницы, шагнуть в обруч, пройти по второй скамейке.

Эстафета



«Метеоры с мячами»



«Луноход»



«Инопланетный червячок»



Игра «Космонавты»

Учащи

еся

передв
игают
ся по
площа

По
команде
«Метеорит
ный
дождь»



Экипаж
из 3-х
человек
занимает
круг

Команда
«Чистое
небо»

Ребята
разбегаются
по залу,
убирается
один круг

Побеждает
один
экипаж.

Заключительная часть:

1. Игра малой подвижности;
2. Экипаж космического корабля «Астронавты» к возвращению на Землю готов!»
3. Подведение итогов





Вопросы:

1. Как называется планета, на которую летали?
2. Какая она по счету от Солнца?
3. Что вы можете о ней рассказать?
4. Есть ли жизнь на планете Венера?

Домашнее задание:

Нарисовать «Космическое путешествие»





Мы- молодцы!



Используемая литература:



В.Г. Яковлев «Первая школа начинающего физкультурника», 2000г.



Былеева, И. Коротков «Подвижные игры», 2000г.



Фото из личного альбома.



Ссылки из интернет:



<http://w.w.w.clipartov.net/show-174.html>



<http://olpictures.ru/kartinki-kosmiyeshkih-korableyy.html>



<http://www.kartinki24.ru/kosmos/69-kosmicheskie-kartinki-30-kartinok.html>