План конспект открытого урока, по физической культуре посвященный Дню Защитника Отечества

**Тема урока:**Спортивный праздник ко Дню Защитника Отечества;

**Тип урок:**игровой урок;

**Цели урока:**

* укреплять здоровье обучающихся и гармонически развивать их личность;
* создавать позитивное настроение;
* развивать физическую активность, сплочённость, слаженность действий, взаимовыручку.

**Инвентарь:**гимнастические палки 2, маты 2, 2 лавочки, 4 теннисных мяча, кегли, 2 тоннеля, 4 бинта, конусы, 2 шарфа, 8 стоек, 2 обруча, канат.

**Место проведения:**спортивный  зал АНО православной средней общеобразовательной школы «Лествица».

**Провел учитель физической культуры**: Кольцов М. С., Горбунов Е. О.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Содержание** | **Дозировка** | **Организационно методические укозания** |
| Подготовительная часть 10 мин. |  |  |
| 1.Построение | Со звонком | Построение в одну шеренгу |
| 2.Рапорт | 1 мин | Совершенствование техники строевых упражнений. Команды «Становись!», «Равняйсь!», «Смирно!», «Вольно!» |
| 3.Сообщение темы и целей урока | 2 мин | Сообщение темы урока и целей урока; напоминаем ТБ на уроке; |
| 4. Комплекс ОРУ | 7 мин | Бег в среднем темпе. В конце бега восстановление дыхания в ходьбе. Перестроение в 2 или 3 колонны. |
| Основная часть 30 мин |  |  |
| Эстафеты:  1. «Загадки на военную тематику» | 2 мин | Приложение №1  (Либо назвать военные профессии, кто больше) |
| 2. «Меткий стрелок» | 4 мин | Задание: с гимнастической палкой в руках надо пробежать по бревну (лавочка) до мата. Лежа на мате бросить теннисным мечем по кеглям.(2 броска) После мячи положить на ИП и вернуться обратно. Побеждает команда, пришедшая на финиш первая и сбившая большее кол-во кеглей. |
| 3. «Перевязка раненного» | 4 мин | Задание: по одному бегут к раненому и перевязывают его в течении 15 секунд, по сигналу возвращаются назад и передают эстафету. Побеждает команда сделавшая перевязку более качественно. |
| 4. «Саперы» | 5 мин | Задание: По одному с завязанными глазами ученики пробираются через конусы. (Минное поле). Ориентируются на подсказки команды. |
| 5. «Перебраться через границу» | 2 мин | В парах в обруче должны перебежать на противоположную сторону зала. 2 участник возвращается за 3-им, 3 за 4 и т.д. |
| 6. «Перенести снаряды» | 3 мин | По сигналу с конусом в руках бегут за мячом, обратно мяч несут на конусе. |
| 7. «Разведчики» | 5 мин | Комбинированная эстафета. Пролезть через тоннель, про прыгать по обручам. Взять часть карты обратно вернуться змейкой оббегая стойки. После того как все пробежали собрать карту и назвать город. |
| 8. «Самый сильный отряд» | 5 мин | Перетягивание каната до 3 побед. (Можно подключить пап участников) |
| Заключительная часть 5 минуты |  |  |
| 1. Поздравление от детей | 3 мин | Дети читают стихи для пап. (2 человека) |
| 1. Подведение итогов | 2 мин | Оглашение результатов спортивной эстафеты. |