Игры на развитие координации движения

Колясников Кирилл Юрьевич
учитель физической культуры
Областной специализированной IT-школы-лицея

Цели обучения, которые достигаются на данном уроке (ссылка на учебную программу):		
8.2.8.1 - демонстрировать и сравнивать роли и их различия, обусловленные различными контекстами движений;		
Цели урока:	Формировать двигательные умения и навыки выполнения упражнений на развитие быстроты, ловкости, координации, обогащать свой двигательный опыт, обучать детей коллективной игре, умению видеть и понимать партнеров и соперников.	
Критерии успеха	Все учащиеся смогут: обучаются детей коллективной игре, умению видеть и понимать партнеров и соперников. Большинство учащихся смогут: умения и навыки игры, обогащать свой двигательный опыт. Некоторые учащиеся смогут: технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.	
Ход урока		
Этапы урока	Запланированная деятельность на уроке	Ресурсы
Начало урока	Построение класса Сообщение целей урока. Повторение техники безопасности Упражнения на осанку в движении: на носках, руки вверх, в полуприсяде, руки вперед, на пятках, руки за голову. Подготовительные упражнения к бегу: на внешний, внутренней стороне стопы, перекаты с пятки на носок, невысокими подкосами с малым продвижением вперед. Разновидности бега: медленный бег, приставными шагами правым, левым боком; специальные беговые упражнения. Упражнения на восстановления дыхания. Общеразвивающие упражнение в движении на месте: Правая вверх, смена положения рук; Руки согнуты в локтях перед грудью, отведение рук в стороны; Руки вверх, круговое движение вперёд, назад; Пальцы сомкнуты в локтях перед грудью, повороты туловищем; Наклоны туловищем на каждый шаг; Руки вперёд в сторону, махами скрестно на каждый шаг; Стойка ноги врозь, руки на пояс, наклоны туловищем вправо, влево, вперёд, назад. Упражнения на гибкость, растягивание: Широкая стойка ноги врозь, руки на пояс, наклоны к правой, левой, вперёд. И.П. тоже выпад вправо, влево. Упражнение на координации движения: Руку вращать справа налево и одновременно ногу в противоположную сторону. Добившись успеха, постарайтесь сделать то же обеими руками и ногами. Прыжок с поворотом Сделайте в воздухе полный поворот и точно опуститесь.	Большое свободное пространство. Инвентарь для игр, согласно требованиям учащихся.

Сетевое издание SEVIBA: Образование | SEVIBA.KZ
Свидетельство о постановке на учет периодического печатного издания, информационного агентства и сетевого издания №KZ93VPY00020180 выдано Комитетом информации Министерства информации и общественного развития РК 11.02.2020 г.

Середина урока	Игра «Перестрелка» Содержание игры. Играющие делятся на две равные команды, каждая из которых произвольно располагается на одной половине площадки (от средней линии до крайней линии волейбольной площадки.). В ходе игры нельзя заходить на половину противника. Руководитель подбрасывает волейбольный мяч в центре, между капитанами, и те стараются отбить его своим игрокам. Задача каждой команды - получив мяч, попасть им в противника, не заходя за среднюю черту. Противник увёртывается от мяча и, в свою очередь, пытается осалить мячом игрока противоположной команды. Осаленные мячом идут за линию плена на противоположную сторону (за волейбольную площадку). Пленный находится там до тех пор, пока его не выручат свои игроки (перебросив мяч без касания стены или земли). Поймав мяч, пленный перебрасывает его в свою команду, а сам перебегает из коридора на свою половину поля. Побеждает команда, у которой после 10-15 мин игры в зоне пленных окажется больше выбитых игроков. Игра заканчивается досрочно, если все игроки одной из команд оказались в плену. Правила игры: 1. Салить мячом можно в любую часть туловища, кроме головы. 2. Ловить мяч рукам можно, но если игрок выронил мяч, то но считается осаленным и идёт в плен. 3. Не разрешается бегать с мячом в руках по площадке, но можно вести его. 4. Мяч, вышедший за границы площадки, отдаётся команде, из-за линии которой он выкатился. 5. За допущенные нарушения мяч передаётся противнику.	Большое свободное пространство. Инвентарь для игр, согласно требованиям учащихся.
Конец урока	Мяч в баскетбольное кольцо Цель игры: развить координацию движений, ловкость и глазомер. Необходимые материалы и наглядные пособия: мячи и баскетбольное кольцо. Ход игры На некотором расстоянии от баскетбольного кольца, обозначающая место, с которого игроки будут осуществлять броски. Игроки делятся на команды. У каждого игрока — по мячу. Задача команд — забросить как можно больше мячей в баскетбольное кольцо. Рефлексия вопросами и ответами: Рефлексия проводится в заключительной части Что нового узнали на уроке? Как игры на координации движения пригодятся в жизни? Как занятия физической культурой влияют на здоровье?	
Критерии успеха	Изучать развитие быстроты, ловкости, координации, памяти.	

Дифференциация	Оценивание	Здоровье и соблюдение техники безопасности
Каким образом Вы планируете оказать больше поддержки? Какие задачи Вы планируете поставить перед более способными учащимися?	Как Вы планируете проверить уровень усвоения материала учащимися?	Здоровьесберегающие технологии. Используемые физминутки и активные виды деятельности.