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 вверху.
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 8Х16 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.