**План конспект занятия по внеурочной деятельности**

**«Гимнастика»**

**Тема**: гимнастика в начальных классах

**Цель**: совершенствование техники выполнения гимнастических упражнений.

**Задачи**:

1. Развитие гибкости, силы, ловкости, координации.
2. Воспитание чувства товарищества.

**Форма занятия**: групповое

**Метод**: словесный, наглядный

**Место проведения**: МБОУ СОШ №16, спортивный зал

**Инвентарь**: гимнастические маты, скамейки, коврики

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Часть занятия | Содержание занятия | Дозировка | Методические указания |
| Подготовительная часть – 12 минут | 1. Построение в шеренгу  2. Сообщение задач урока, правила поведения на уроке по гимнастике.  3. Бег  - гимнастический шаг (на носках, на пятках)  - ОРУ на месте | 1 мин.  1мин.  5мин.  3мин.  2мин. | 1. Обратить внимание на форму.  2.Техника безопасности при выполнении гимнастических упражнений  3. Следить за дыханием.  4. Следить за правильным положением рук.  5. Упражнения на растяжку |
| Основная часть – 25 минут. | 1. Кувырок вперед, кувырок назад.  2. Мост, наклоны.  3. Поперечный шпагат, продольный шпагат.  4. Упражнения на укрепления мышц пресса, спины, ног. | 5мин.  5мин.  5мин.  10мин. | Контроль педагогом (страховка)  Контроль педагогом(страховка)  Следить за правильным положением ног и спины.  Работа в парах. |
| Заключительная часть. 3мин. | 1. Подведение итогов занятия.  2. Домашнее задание. | Указать степень освоения изучаемого материала.  Повторение пройденного материала. | 2 мин.  1 мин. |

**Технологическая карта занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| Цели деятельности педагога | Формировать первоначальное представление об особенностях выполнения упражнений в гимнастике; Познакомить с техникой выполнения упражнений. |
| Форма занятия | групповое |
| Планируемые образовательные результаты | **Предметные.**  – научиться выполнять технически грамотно базовые упражнения гимнастики;  – в доступной форме объяснить технику выполнения гимнастических упражнений, находить ошибки и грамотно их исправлять;  – соблюдать технику безопасности выполнения упражнений.  **Метапредметные.**  Познавательные – овладевают способностью понимать учебную задачу урока, умеют отвечать на вопросы.  Коммуникативные – овладевают способностью слушать собеседника и вести диалог.  Личностные – принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности. |
| Методы и формы обучения | Словесный, наглядный |
| Образовательные ресурсы | Гимнастические маты, гимнастические предметы. |

**Организационная структура урока**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Этапы занятия | Обучающие и развивающие компоненты, задания и упражнения | Деятель-ность педагога | Деятель-ность учащихся | Формы взаимо-действия | Учебные действия | Виды контро-  ля |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 1.Организа-ционный момент | Мотивацион-ная подготовка учащихся к усвоению изучаемого материала | Проверяет готовность обучаю-щихся к занятию. Озвучивает тему и цель занятия. | Слушают и обсужда-ют тему занятия | Фронталь-ная | Личност-ные:  понимают значение знаний для человека; имеют желание педагога. | Устный опрос |
| 2.Актуализа-ция знаний | Беседа по теме Соблюдение правил безопасности при разучивании и выполнении упражнений гимнастики. | Проводят беседу о том, что гимнастика травмо-опасный вид спорта, поэтому все должны быть очень вниматель-ными и выполнять упражне-ния только по указаниям педагога. | Слушают, отвечают на вопросы.  Выполня-ют упражне-ния. | Индивиду-альная, фронталь-ная | Познава-тельные.  Выстраи-вают в устной форме правила соблюде-ния безопасности выполне-ния упражне-ний гимнастики. | Устные ответы.  Выполнение дейст-вий по инструк-ции |
| 3. Изучение нового материала | Разучивание новых упражнений. | Показыва-ет новое упражне-ние.  Формули-рует задание, проводит выбороч-ную проверку.  Объясняет и показывает технику исполне-ния упражне-ния. | Выполня-ют упражне-ние | Индивидуальная.  Фронталь-ная. | Осущест-вляют пошаго-вый контроль своих действий с учетом выделен-ных педагогом ориенти-ров | Выпол-нение дейст-вий по инструк-ции.  Осу-щест-вление само-контро-ля по образцу.  Выпол-нение дейст-вий по образцу. |
| Итоги занятия. | Обобщить полученные на занятии знания и умения. | Проводит беседу.  Какие пра-вила без-  опасности необходи-мо соблю-  дать при выполне-нии гимнасти-  ческих упражне-ний. | Отвечают на вопро-  сы. | Фронталь-ная. | Прогнозируют результа-ты уровня усвоения изучаемо-го матери-  ала. | Оцени-вание учащих-ся за работу на занятии. |