***Пояснительная записка***

**Тема: «Гимнастика с элементами акробатики»**

Майорова Татьяна Александровна,

МБОУ «Лянторская средняя общеобразовательная школа №3», учитель физической культуры 1 категория стаж работы 11 лет.

Ханты-Мансийский автономный округ-ЮГРА, г. Лянтор, Эстонских-дорожников д-26,кв-7.

электронная почта:[goldie.558@mail.ru](https://e.mail.ru/messages/inbox/). Тел.: 89825991721

**Раздел программы**: Гимнастика.

**Тема:** Гимнастика с элементами акробатики.

***3а класс***

**Программа по физической культуре**

**Авторы:** В.И.Лях, А.А.Зданевич «Школа России», М.Просвещение, 2011г.

**Место проведения:** спортивный зал

**Тип урока:** урок с образовательно-обучающей направленностью.

**Работа на уроке** направленная на приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость, способствующих правильному формированию опорно – двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, кувырки, стойки), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

***Цель:*** физическое совершенствование учащихся через систему гимнастических упражнений.

**Задачи урока:**

**Учебные задачи, направленные на достижение личностных результатов:**

- формировать потребность в самовыражении и самореализации позитивной моральной самооценки и моральных чувств.

**Учебные задачи, направленные на достижение метапредметных результатов обучения:**

**Познавательные:**

**-** формировать умения прогнозировать предстоящие физические упражнения;

- развивать умение контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;

- формировать умение осуществлять познавательную и коммуникативную рефлексию.

**Регулятивные:**

**-** овладение способами саморегуляции и самоконтроля, связанными с умениями учащихся напрягать и расслаблять мышцы, осуществлением контроля движений и дыхания.

**Коммуникативные:**

**-** развивать умение работать в группе, в паре, уметь взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий.

**Учебные задачи, направленные на достижение предметных результатов обучения:**

- совершенствовать навыки выполнения акробатических упражнений;

- развитие координации;

- совершенствование строевых упражнений;

- закрепление понятий двигательных действий.

**Знать и иметь представление:**

- об особенностях зарождения физической культуры, истории первых Олимпийских игр;

- о терминологии разучиваемых упражнений;

- о профилактике нарушений осанки и поддержания достойного внешнего вида;

- о причинах травматизма на занятиях физической культуры и правилах его предупреждения.

**Ожидаемые результаты:**

* ***Личностные:*** уметь проводить рефлексию собственных действий; воспитание лидерских и волевых качеств.
* ***Метапредметные:***

**а) *регулятивные УУД:*** уметь определять и формулировать цель и задачи на уроке с помощью учителя, контроль и регуляция движений, высказывать своё мнение;

**б) *коммуникативные УУД:*** слушать и понимать команды других; работать в паре и группе.

**в) *познавательные УУД:*** умение ориентироваться в системе знаний.

* ***Предметные***:

- принимать основные положения и осуществлять движения рук, ног, туловища без предметов и с мячом, палкой;

- слитно выполнять кувырок вперед и назад;

- иметь представление о гимнастических упражнениях, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки на гимнастических матах с мячом**.**

**Основные понятия**: гимнастика, акробатические упражнения.

**Межпредметные связи:** ОБЖ, математика.

**Ресурсы:** секундомер, свисток, гимнастические маты, гимнастическая палка, средние мячи.

**Организация учебного пространства:** работа в парах, группе и индивидуальная.

**Краткая психолого-педагогическая характеристика класса.**

В классе 25 учеников – 15 девочек и 10 мальчиков.

В целом класс дружный, между мальчиками и девочками конфликтов нет, а  если и случаются, то тут же разрешаются. Коллектив сплоченный, дружный.

Основная масса учащихся класса – это дети с высоким и средним  уровнем физической подготовленности, 2 ребенка с низким.  По состоянию здоровья дети в этом классе относятся к основной группе, двое – к подготовительной.

Все ребята дополнительно занимаются в кружках, в секциях.

Каждый ученик  в классе - неповторимая индивидуальность.

Отношения между ребятами строятся на принципах уважения, взаимной помощи и доверия.

Все  учащиеся  увлечены  данным предметом.  Особенно с удовольствием выполняют домашнее задание – изготовление презентаций. Ребята умеют работать, как индивидуально, так и в группах, активны в выполнение  заданий.