**Конспект сюжетно - ролевого урока по физической культуре**

**в 5 классе «Полёт в космос».**

**Учитель Гасанова Д.Ш.**

Задачи урока:

*1.Познавательные*: познакомить учащихся с названием планет, с их краткой характеристикой, рассмотреть планеты на карте.

*2.Оздоровительные*: способствовать формированию правильной осанки, развитию физических качеств – ловкости, быстроты ,силы, профилактика плоскостопия.

*3.Воспитательные*: воспитание чувства коллективизма, товарищества.

Место проведения: спортзал

Оборудование и инвентарь: 2 гимнастические скамейки, 1 гимнастический мат, 3 скакалки, верёвка, «Дорожка здоровья», 6 гимнастических палок, кубики по числу учеников, ноутбук, диск «Песни для детей», карта планет.

**Вводная часть 8 – 10 минут.**

1. Построение, рапорт, приветствие, сообщение задач урока.

2. Проверка осанки стоя у стены (касание стены пятками, ягодицами, локтями, лопатками, затылком).

3. Ходьба с предметом на голове (кубик) с различными исходными положениями рук.

4. Ходьба по скамейке с кубиком на голове обычным шагом, приставным шагом

5.Расчёт на 1 и 2

Космонавты перед полётом в космос должны получить заряд бодрости. Я предлагаю вам получить заряд бодрости в подвижной игре. 6.Игра «Заряд бодрости» (в снежки из пенопласта).

7.Комплекс общеразвивающих упражнений «Вместе весело шагать».

**Основная часть 25 – 30 минут.**

Сегодня у нас урок – путешествие «Полёт в космос».

Вопросы учащимся:

1.Как звали первого в мире космонавта? (Ю.А.Гагарин)

2.В каком году состоялся первый полёт в космос? (12 апреля 1961 года)

3.Как назывался космодром, с которого был произведён старт в космос? (Байконур).

4.Назовите имя женщины - космонавта. (Светлана Савицкая).

5.Какие вы знаете планеты? (Сатурн, Юпитер, Марс). В космонавты, ребята, берут только сильных, смелых, здоровых и крепких людей. А вы хотели бы полететь в космос? Я предлагаю пройти вам тестирование и мы проверим, кто из вас может быть зачислен в отряд космонавтов. Итак задание:

1.пробежать по скамейке.

2.проползти на животе по скамейке.

3.кувырок вперёд.

4.10 прыжков на скакалке.

Вы все ребята успешно прошли предварительные испытания и приняты в отряд космонавтов.

Путь вашего космического корабля пролегает вот по этой дорожке. Вам необходимо по этой дорожке выполнить челночный бег и не сбиться с пути. Внимание, начали.

(отметить самых быстрых и ловких учеников).

Упражнения для профилактики плоскостопия:

1.Ходьба по «Дорожке здоровья» (керамзит, еловые шишки, пробки от бутылок).

2.Ходьба по верёвке (середина стопы на верёвке).

3.Ходьба по гимнастическим палкам.

4.Ходьба на носочках.

5.Ходьба на пятках.

6.Ходьба на внешней стороне ступы.

Игра «Ракета»

Космодром. Дети собираются на стартовой площадке для запуска космического корабля (середина зала).По залу раскладываются обручи-ракеты. По количеству их на несколько штук меньше, чем играющих. Дети берутся за руки и идут по кругу со словами:

-Ждут нас быстрые ракеты, для прогулки по планете,

На какую захотим на такую полетим!

Но в игре один секрет:

Опоздавшим места нет!

После этих слов дети бегут к ракетам. Ракет на одну меньше, чем учеников.

Те ,кому не досталось места в ракете, выбирают самые интересные и красивые позы космонавтов. Затем все становятся опять вкруг,и игра начинается сначала.

**Заключительная часть 3 – 5 минут.**

Построение, подведение итогов урока, объявление победителя игры, присвоение звания «Лучший космонавт класса».

Наш полёт благополучно завершился, во время полёта не произошло никаких ч.п., и сегодня был сделан первый шаг в космос. Следующим шагом будем считать домашнее задание, которое необходимо выполнять ежедневно. Это

«Корзиночка» (показ).Упражнение способствует развитию гибкости и растяжке мышц (приподнять корзину).