#  КОНСПЕКТ ВНЕКЛАССНОГО ЗАНЯТИЯ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Тема: В стране дорожных знаков (3 класс).

ЦЕЛЬ ЗАНЯТИЯ: формирование навыков безопасного поведения на улицах и дорогах, закрепление знаний и умений ПДД, профилактика детского дорожно-транспортного травматизма среди младших школьников при изучении дорожных знаков.

ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ:

1. Расширение и углубление знаний по ПДД посредством игровых упражнений и эстафет, знакомство с дорожными знаками.
2. Развитие быстроты, ловкости, внимания, интереса к дорожной азбуке.
3. Воспитание чувства коллективизма, сплоченности команды, бережного отношения к своему здоровью.

МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЯ: школьный спортивный зал

ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ ЗАНЯТИЯ: 40 мин.

НЕОБХОДИМОЕ ОБОРУДОВАНИЕ И ИНВЕНТАРЬ:

* Дорожные знаки (2 набора):    

      

* Карточки с дорожными знаками (2 комплекта):

     

* Карточки с буквами «светофор» (2 комплекта):
* Экипировка инспектора ГАИ: жезл – 2 шт., жилет – 2 шт., фуражка – 2 шт., свисток – 2 шт., рация – 2 шт.
* Гимнастический мат – 2 шт., барьеры высотой до 40 см – 4 шт., обручи – 6 шт., скакалки – 2 шт., стойки – 10 шт., кубики – 6 шт., кегли – 4 шт., гимнастическая скамейка длиной 2 м – 2 шт., длиной 1,5 м – 2 шт., мяч резиновый диаметр 15-22 см – 12 шт.
* Светофор- ракетка:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Часть****урока** | **Содержание** | **Дози-****ровка** | **Организационно-методические указания (ОМУ)** |
| **1** | **2** | **3** | **4** |
| I. Подготовительная часть - 10 мин. | **I.** Построение, приветствие,сообщение задач. | 1,5' |  Дети под музыку строевого марша заходят в зал, в руках мячи. Построение учащихся в одну шеренгу.  |
| **II.** Ходьба: на носках – мяч вверх; на пятках – мяч за головой. | 30 сек. | Обратить внимание на осанку: спина прямая, подбородок приподнят, плечи развернуты. |
| **III.** ОРУ с мячом под музыку:1) И.п. – ноги врозь, широкая стойка, мяч внизу. 1 – мяч вперед; 2 – мяч вверх; 3 – мяч вперед; 4 – и.п. 2) И.п. – о.с. 1 – шаг влево, мяч вверх; 2 – с поворотом направо подняться на носки; 3 – положение счета 1; 4 – приставляя правую, и.п.; 5-8 – то же в другую сторону.3) И.п. – ноги врозь, мяч вперед. Попеременное вставание на носки, одновременно вращая кистями рук вправо, влево.4) И.п. – ноги врозь, мяч внизу. 1 – мяч вверх; 2-3 – два пружинящих наклона вперед; 4 – и.п.5) И.п. – ноги врозь, мяч внизу. 1 – мяч вверх; 2 – наклон вперед, мяч касается пола; 3 – присед на полной ступне, мяч вперед; 4 – и.п.6) И.п. – ос., мяч внизу. 1 – 4 - выпад влево, перекат вправо с размашистым движением рук в стороны, мяч поднимать до высоты плеча; 5-8 – наклонный выпад влево, перекат вправо с размашистым движением рук, мяч вверху.7) И.п. – ноги врозь, широкая стойка. 1-2 – выпад влево, толчком правой захлест голени назад с размашистым движением рук в стороны; 3 - 4 – то же в другую сторону. | 6-8'4-6 раз4-6 раз15-20с4-6 раз4-6 раз4 раза4 раза | Перестроение учащихся в три шеренги:1) движение мяча сопровождать взглядом;2) в положении мяч вверху - смотреть на мяч;3) руки прямые, в локтях не сгибать;4) в наклоне прогнуться, ноги в коленях не сгибать;5) при наклоне ноги не сгибать, при приседах пятки от пола не отрывать;6) при выпаде, мяч вверх – прямая нога, туловище и руки составляют прямую линию;7) мяч поднимать до высоты плеча; |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **1** | **2** | **3** | **4** |
| I. Подготовительная часть -10 мин. | 8) И.п. – глубокий выпад левой вперед, мяч на полу справа. 1-3 – три пружинящих покачивания, правой давим рукой на мяч, левая на пояс; 4 – перекат в другую сторону, мяч слева; 5-7 – счет 1-3; 8 – и.п.9) И.п. – о.с., мяч на грудь. 1 – шаг влево, мяч вперед; 2 – приставить правую, мяч на грудь; 3 – шаг влево, мяч вверху; 4 – приставить правую, мяч на грудь; 5-8 – то же в другую сторону.10) И.п. – о.с., мяч на груди. 1 – прыжок в стойку ноги врозь, мяч вперед; 2 – прыжок в и.п.; 3 – прыжок в стойку ноги врозь, мяч вверх; 4 – и.п.11) Ходьба на месте, одновременно перекладывая мяч из рук в руки, локти в стороны. 12) И.п. – узкая стойка, ноги врозь, мяч внизу. 1 – мяч вверху, подняться на носки; 2 – опускаясь на всю ступню, мяч за головой; 3 – положение счета 1; 4 – и.п. | 3-4 раза3 раза4 раза15 сек4-6 раз | 8) при выпаде нога, стоящая сзади, - прямая;9) выполнять в быстром темпе, руки выпрямлять до конца;10) в прыжке ноги прямые и носки оттягивать, мягко приземляться с носка;11) выполняется так же после восьмого упражнения, плавно переходя в девятое и десятое12) поднимаясь на носки прогнуться, сделать вдох, опускаясь на всю ступню – выдох. |
| II. Основная часть - 27 мин | **I.** Подвижная игра:«Будь внимательным!» - ходьба на месте;  - бег с высоким подниманием бедра на месте;  - упор присев. | 2' | Учащиеся построены в три шеренги. Ученик, допустивший ошибку – получает штрафное очко. Выигрывает тот, кто не допустил ни одной ошибки. |
| **II.** Эстафеты: **1. «Светофор»***Стой! Машины движутся**Там, где сошлись пути,**Кто поможет улицу**Людям перейти?*Инвентарь: 2 комплекта букв; 2 жезла; 2 дорожных знака – место для разворота, ракетка светофор.  | 27'4' | Группа делится на две команды красных и зеленых по 6 человек в каждой. Напомнить детям технику безопасности при проведении эстафет. За победу в эстафете – команда получает 1 очко.1. Кто быстрее соберет слово «Светофор»: по команде (зеленому сигналу светофора) первые игроки команды с жезлом в левой руке бегут до , берут букву и возвращаются к команде. Передают жезл следующему члену команды и начинают собирать слово. Первые и последние игроки берут по две буквы, остальные – по одной. Слово собирает вся команда. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **1** | **2** | **3** | **4** |
| II. Основная часть - 28 мин (продолжение) | **2. «Грузовики»** *Он и в поле, и на стройке**Он почетный трудовик.**Тяжесть он выносит стойко,**Возит грузы……..*Инвентарь: 2 машины, 6 кубиков. 2 кегли;   | 4' | И.п. - команды в шеренге. У каждой команды по машине с кузовом, в котором груз (кубики кегли). По команде (зеленому сигналу) первые участники передвигают машину по прямой до знака  - выгружают груз. Следующий знак -   - пропустить пешехода, И дальше передают машину следующему участнику, который груз загружает и т.д. В роли пешеходов выступают – помощники. В этой эстафете очень важно «грузовику» пропустить пешехода, а пешеходу убедиться в том, что грузовик остановился. |
| **3. Игра с «пазлами»**Инвентарь: карточки Каждый знак размером бумаги формат А-3 разрезан на 6 частей. | 3' | Каждой команде дается задание собрать пазлы в одну картинку. |
| **4. «На самокатах»**Инвентарь: 2 самоката,  | 4' | Напротив каждой команды с правой стороны дорожные знаки: Первые игроки команд начинают движение со средней скоростью до знака «Движение без остановки запрещено, затем сменив, толчковую ногу, продолжают движение до знака «Место для разворота», возвращаются к команде и передают эстафету следующему участнику. |
| **5. «Автомобили»***Маленькие домики**По улице бегут,**Мальчиков и девочек**Домики везут.*Инвентарь: 2 обруча, 8 стоек, 2 скакалки.    | 5' | И.п. – команды в шеренге. 1-ые номера – марка машины «Милиция», 2 – «Скорая помощь», 3 – «пожарная помощь», 4 – ДПС, 5 – «Мерседес», 6 – «Лимузин».Учитель называет любую марку машину, по зеленому сигналу светофора, ребята выбегают из команды и начинают движение по дороге. Первый знак на пути  - туннель, перешагивают в обруч. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| II. Основная часть - 28 мин (продолжение) |  |  | Второй знак на пути:  - прочие опасности – бег змейкой; - 5 прыжков на скакалке. Обводят знак  «Место для разворота» и возвращаются к команде. Выигрывает команда, набравшая в этой эстафете наибольшее количество очков. |
| **6. Инспектор ГАИ**Инвентарь: 2 фуражки, 2 свистка, 2 жезла, 2 жилетки, 2 рации или заменить на 2 блокнота.  | 2' | Эстафета для капитанов команд – кто быстрее наденет форму инспектора ГИ. |
| **7. «Угадай знак»**Инвентарь: 2 комплекта карточек с дорожными знаками **(смотри ниже)**. | 5' | Напротив каждой команды на гимнастических матах (ковриках) расположены карточки с дорожными знаками. Учитель дает задание-загадку первым игрокам команды, которые по зеленому сигналу светофора начинают движение вперед до гимнастического мата, преодолевая на своем пути препятствия: выполняют бег змейкой. Взяв нужный знак, обратно возвращаются. Участник команды, прибежавший первый и правильно ответивший на вопрос, приносит команде 1 очко. |
| Заключительная часть – 3 мин. | **I.** Упражнения на дыхание:1) Встать прямо, руки вдоль туловища, расслаблены. Выдохнуть. Медленный вдох. По мере заполнения легких плечи поднимаются. Затем без задержки — выдох, опуская плечи.2) Со вдохом по мере заполнения легких плечи медленно отводить назад, сводя лопатки и сближая за спиной руки. Затем медленно выдохнуть, опуская плечи и руки вперед, сжимая грудную клетку. Руки и плечи не напрягать.3) Со вдохом отклониться влево, растягивая правый бок. С выдохом выпрямиться. То же проделать вправо. Шею и руки не сгибают.**II.** Подведение итогов.**III.** Организованный выход из зала. | 1,5'1,5' | **I.** Упражнения плавно переходят одно в другое. Акцентировать внимание на вдохе и на выдохе:правильно сочетать дыхание с движениями; при выпрямлении туловища всегда выполняется вдох, а при наклонах вперед, назад, в стороны и т. д. — выдох.**II.** Итоги эстафет, выявить команду победителя.  |

 **«Угадай знак» эстафета № 7**

**1.**  **«Дети» 2.**  **«Въезд запрещен»**

Я хочу спросить про знак. Знак о запрете оповещает,

Нарисован знак вот так: Он въезд машинам Запрещает!

В треугольнике ребята

Со всех ног бегут куда-то. Что это за знак?

**3.**  **«Подземный переход» 4.**  **** **«Пункт питания»**

Здесь подземный переход – Тут и вилка, тут и ложка,

Самый безопасный! Подзаправились немножко.

Помни это, пешеход! Покормили и собаку,

Не спеши напрасно! Говорим спасибо знаку.

**5.**  **«Пункт медпомощи» 6.**  **** **«Телефон»**

Таня с куклою в тревоге, Если слышать хочешь друга,

Так болят у куклы ноги. Вызвать помощь бабушке,

Зря печалиться не надо, Телефон к твоим услугам –

Помощь близко, доктор рядом. Возле школы рядышком

 **7**. **«Дорожные работы» 8.**  **«Движение пешеходов запрещено»**

Знак повесили с рассветом, Человек, идущий в черном,

Чтобы каждый знал об этом. Красной черточкой зачеркнут.

Здесь ремонт идет дороги – И дорога вроде, но

Берегите свои ноги. Здесь ходить запрещено!

**9.**  **«Место стоянки» 10**.  **Автозаправочная станция**

Только здесь машину ставить Здесь зпрравится машина,

Этот знак нам разрешает. Выпьет три ведра бензина.

Отдохнет она немного, Напои машину каждый,

Вновь зовет ее дорога. Если та страдает жаждой.