

## **Внеурочное занятие по физической культуре в начальных классах.**

**Автор:** Сахинов Великтон Васильевич

**Тема:** Спортивные забавы и праздники бурятского народа.

**Цель:**

Познакомить с особенностями спортивных забав и праздников бурятского народа, используя физические упражнения для общего развития.

**Задачи:**

1. Содействовать физическому развитию детей.
2. Формировать между детьми и родителями чувство единства, благородство и дружелюбие.
3. Повысить уровень интереса родителей и детей к занятиям спорта и физической культуры.
4. Содействовать развитию интереса к культуре, обычаям и языку бурятского народа.

**Формируемые компетенции:**

**Личностные УУД:** положительное отношение к урокам физической культуры, развитие интереса к различным видам деятельности, развитие самооценки.

**Предметные УУД:** метать теннисный мяч в вертикальную и горизонтальную цель с 3 м; выполнять танцевальные шаги; выполнять элементы спортивных игр; выполнять прыжки на одной ноге на месте.

**Метапредметные**

**Регулятивные УУД:** соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений; следовать при выполнении физических упражнений инструкциям учителя; вносить коррективы в свою работу; оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общие интересы.

**Коммуникативные УУД:** осваивать универсальные умения, управлять эмоциями во время подвижных игр; взаимодействовать со сверстниками на принципах дружбы и толерантности; рассказывать о традициях спортивных игр бурятского народа.

**Познавательные УУД:** работать с полученной информацией для выполнения физических упражнений, формулировки выводов.

**Применяемые технологии:** системно-деятельностный подход

**Место проведения:** спортивный зал.

**Оборудование:** компьютер, проектор, мультимедийная презентация «Спортивные игры», мячи (малый теннисный, баскетбольный).

**Участники:** ученики начальных классов

### Технологическая карта внеурочного занятия

Этапы	Цель этапа	Деятельность учителя: содержание работы, приемы и способы реализации содержания, формы организации	Деятельность обучающихся: самостоятельная работа учащихся
Подготовительный этап.	Психологическая установка на урок, подготовить организм к физическим упражнениям	Звучит песня «Ёхор». Под Ёхор показывает подводящие упражнения. Ребята как вы думаете, какую песню вы прослушали?	Слушают, выполняют упражнения высказывают свои мнения (это бурятская народная песня Ёхор, под ёхор наш народ танцевал)
Сообщение темы и цели урока	Определить вместе с учениками тему и цель занятия, направить каждого ученика на решение учебной задачи урока.	Бурятский народ танцевал Ёхор на праздниках. Как вы думаете, о каких праздниках мы сегодня будем говорить? Да, мы будем говорить о бурятских спортивных забавах и праздниках.	Мы будем говорить о бурятских праздниках (высказывают свои мнения)
Основная часть	Изучение нового материала и формирование новых способов решения поставленных учебных задач.	Какие бурятские спортивные праздники вы знаете? Да, все знают праздник Сурхарбан. <b>И первая наша станция «Сурхарбан».</b> А вы знаете, что означает слово «Сурхарбан»? В переводе с бурятского Сура означает - круглая мишень, его делали из комка шерсти обтянутой кожей (показать фотографии на слайде). А Харбан на бурятском звучит, как харбаха, что означает стрелять, на Сурхарбане стреляли из лука - (һомо), натягивали тетиву (хүбшэргэй) стрелу (Годли). Показывает лук, тетиву и стрелы. Таким образом, слово «Сурхарбан» означает дословно «Стрелять в мишень».	Отвечают: СурХарбан. Рассказывают о Сур-Харбане.  Дети слушают и смотрят слайд

<p>Разминка</p>		<p>Ребята, представьте, что мы на Сурхарбане.  Выполняем упражнение (имитация стрельбы из лука). Молодцы!  Следующее упражнение стрельба (метание) малым мячом в висячую и лежащую цель круглой формы.  <b>Следующая наша станция: «Һура».</b> Что означает это слово можно догадаться, выполнив следующее упражнение и отгадав загадку. Ребята выполните упражнение в течение 30 секунд «Бег с высоко поднятой голенью».  А теперь отгадайте загадку:  Быстрее ветра я скачу,  «Цок-цок», - копытами стучу,  Я громко «Иго-го» кричу,  Садись на спину - прокачу! (Лошадь).  Да ребята это правильно, следующий вид спорта «Конные бега» по бурятски говорят «Һура». Подготовленных к скачкам (Һура) коней называли хҮлэг. Скачки проводились в трёх категориях: ёроо морин (иноходец), хатар морин (рысью), гуйдэл морин (галопа). Коню победителю произносили хвалу (Мориной соло):  Хомигор бүтүү туруутай,  Хоёр гормон шэхэтэй,  Хүжэ загаһан нюргатай,  Хүлэг минии хайртай.  (учитель читает и показывает упражнения).  <b>3 станция: «Бухэ барилдаан»</b>  Ребята, посмотрите на слайд, что вы видите?  Правильно, этот вид спорта среди бурят считается самым главным. Правила борьбы очень просты: если человек коснулся земли тремя точками своего</p>	<p>Выполняют упражнение имитация стрельбы из лука.  Выполняют метание малого мяча.   Выполняют упражнение.   Отгадывают загадку и предполагают вид спорта: конные скачки, бега и т.д.   Слушают и повторяют соло с выполнением упражнения.   Смотрят на слайд, комментируют увиденное (борьба) бывают разные виды борьбы, могут</p>
-----------------	--	--	---

		<p>тела, то считается проигравшим. Нет весовых категорий. Сейчас вы выполните упражнение «Кто сильнее». И.п. основная стойка, ноги на ширине плеч, становимся парами лицом к друг другу, на вытянутую руку беремся за плечи и пружинистыми движениями стараемся приблизить соперника к земле так, чтобы противник коснулся земли. Ребята, которые выиграли, исполняют танец «Орла».</p> <p><b>4 станция: «Эрын гурбан наадан»</b> Ребята, какие станции мы прошли? Правильно Эти три вида спорта раньше объединяли и проводили игрища, которые назывались «Эрын гурбан наадан» дословно «Три игры для мужчин». Вам задание разделитесь на 3 группы и каждая группа согласно вашим карточкам показывают пантомиму вида спорта бурят. Одна группа показывает, остальные повторяют.</p> <p><b>5 станция: «Һээр шаалган»</b> У бурят существуют разные забавы на праздниках. Одна из таких забав «Һээр шаалган», которая сейчас очень популярна среди молодежи. Существуют мужские и женские чемпионаты (показать слайды и технику разбивания хребтовой кости). Ребята, вам понравилось. Сейчас выполним упражнения похожие движением на разбивание кости.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- И.п. основная стойка, ноги на ширине плеч, хлопki на вытянутой руке;</li><li>- И.п. ноги на ширине плеч, наклон вперед, хлопki на вытянутой руке;</li><li>- И.п. основная стойка, ноги на ширине плеч,</li></ul>	<p>перечислять. Дети выполняют упражнение. Выигравший танец «Орла» выполняет</p> <p>Дети отвечают на вопрос: СурХарбан, һура, бухэ барилдаан. Ребята слушают. Делятся на группы, придумывают пантомиму вида спорта и показывают.</p> <p>Дети смотрят и слушают, обмениваются мнениями</p> <p>Выполняют упражнения.</p>
--	--	---	--

		<p>хлопки за спиной;</p> <p>- И.п. основная стойка на одной ноге, хлопок под коленом (чередовать ноги);</p> <p>- И.п. ноги вместе, хлопки в прыжке.</p>	
<p>Заключительный этап</p> <p>Рефлексия</p> <p>Организованный выход из зала.</p>	<p>Сообщение результатов решения учебной задачи.</p>	<p>Ребята, давайте поделимся своими впечатлениями о занятии (Начало высказывания на слайде).</p> <p>Сегодня на уроке я узнал....</p> <p>Ребята, сегодня тема нашего занятия была нетрадиционной формы и закрепим его движениями из танца Ёхор.</p> <p>Занятие закончено.</p>	<p>Дети продолжают высказывание.</p> <p>Дети встают в круг и по движению солнца выполняют простые движения Ёхора.</p> <p>Выход из спортивного зала</p>