

План – конспект урока физической культуры

Предмет: физическая культура

Класс: 3

Тип урока: комбинированный

Технология построения урока:

Тема урока: «Подвижные игры и эстафеты «ГТО – путь к здоровью и успеху»

Цель урока: развитие умения участвовать в подвижных играх в соответствии с правилами, , развитие интереса учащихся к здоровому образу жизни

Задачи:

1. Продолжить развитие основных физических качеств: ловкости, быстроты, координации.
2. Способствовать воспитанию чувства коллективизма, соперничества, смелости.
3. Продолжить формирование знаний по теме «здоровый образ жизни»
4. Воспитание патриотизма на примере выдающихся спортсменов

Основные термины, понятия: эстафета, линейная эстафета, ГТО, посол ГТО, спортсмен.

Межпредметные связи: история, литературное чтение (деформированный текст).

Материалы и оборудование:

1. Манишки разноцветные 3 комплекта по 6 штук
2. Скамейки гимнастические 3 м – 3 штуки

3. Таблички на скамейки
4. Экран, проектор, звуковые колонки
5. Презентация
6. Фишки – 40 штук
7. Мешочек с горохом – 3 штуки
8. Конусы – 20 штук
9. Скакалка – 3 штуки
10. Знаки ГТО (на картоне) – 20 штук
11. Конверт рефлексия
12. Груша боксерская
13. 3 перчатки-рукавицы
14. Конверты с подсказками
15. Скотч или 3 каната
16. Футбольные мячи – 3 штуки

Планируемые результаты:

| | |
|---|---|
| <p>Предметные результаты:</p> <p>1. Знать и соблюдать правила проведения эстафет</p> | <p>Личностные: развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</p> |
| | <p>Познавательные УУД: знать правила подвижных игр (эстафет): боксеры, гимнасты, футболисты, лыжники, прыгуны.</p> |
| | <p>Регулятивные УУД: контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнера, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого</p> |
| | <p>Коммуникативные УУД: обеспечить бесконфликтную совместную работу</p> |

Организация пространства:

| Методы и форма работы | Ресурсы |
|---|---|
| <p>Формы работы: индивидуальная, работа в команде.</p> <p>Методы: наглядно-иллюстративный, игровой</p> <p>Используемые приемы оценивания: самооценка</p> | <p>Информационный материал (литература):</p> <ol style="list-style-type: none">1. В.И. Лях – учебник «Физическая культура» 1-4 класс2. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. 1-4 классы. М.: «ВАКО», 2004, 296 с. - (Педагогика. Психология. Управление).3. Кукушин В. С. Теория и методика обучения. - Ростов н/Д.: Феникс, 2015. - 474 с.4. Менчинская Е.А. Основы здоровьесберегающего обучения в начальной школе: Методические рекомендации по преодолению перегрузки учащихся / Е.А. Менчинская. — М. : Вентана-Граф, 2008. — 112 с. — (Педагогическая мастерская).5. Орехова В. А. Педагогика в вопросах и ответах: учебн. Пособие. – М.: КНОРУС, 2012. С. 1476. Смирнов Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. – М.: АПК и ПРО, 2002. – с. 62.7. Советова Е. В.. Эффективные образовательные технологии. –Ростов н/Дону: Феникс, 2007. – 285 с.8. http://www.shkolnymir.info/ . О. А. Соколова. Здоровьесберегающие образовательные технологии. <p>Демонстрационный материал: <i>Презентация</i></p> |

Технологическая карта урока:

| № | Этапы образовательной деятельности | Деятельность учителя | Деятельность учеников |
|----|--|--|---|
| 1. | Организационный момент | Проведение построения, проверка готовности к уроку, создание эмоционального настроения на урок. | Построение в шеренгу. |
| 2. | Воспроизведение и коррекция знаний, для решения поставленных задач | Проведение игры «Верю – не верю» | Ответы на вопросы задания |
| 3. | Постановка учебной проблемы | <p>Чтение загадки: «Получен от природы дар – не мяч и не воздушный шар, не глобус это, не арбуз – – очень хрупкий груз.</p> <p>Чтоб жизнь счастливую прожить, его нам надо сохранить! И именно сегодня – мы займемся сохранением нашего здоровья.</p> | <p>Отгадывают загадку, формулируют проблему</p> <p>ЗДОРОВЬЕ</p> |
| 4. | Фиксация темы и задач урока | <p>Посмотрите внимательно на наш спортивный зал. В зале много различного спортивного инвентаря, как Вы думаете, чем мы будем заниматься сегодня на уроке, используя данный инвентарь.</p> <p>Ответив на этот вопрос, вы узнаете тему нашего урока.</p> <p>А скажите мне, какие физические качества развивают эстафеты. Ответив на этот вопрос, вы сформулируете цель нашего урока.</p> | <p>Отвечают на поставленные вопросы учителя, сообщают о том, что будут выполнять – эстафеты.</p> <p>Развивают ловкость, быстроту, координацию</p> |
| 5. | Актуализация знаний | Скажите мне: какие основные правила охраны труда, Вы помните при проведение эстафет и подвижных игр, на что стоит обратить внимание! | Учащиеся называют основные правила безопасности при проведение эстафет |

| | | | |
|----|--|--|---|
| 6. | <p>Применение знаний и умений в решении учебной задачи</p> | <p>Обеспечивает мотивацию выполнения и создаёт эмоциональный настрой.</p> <p>Делит класс на команды, объясняет условия проведения эстафеты.</p> <p>Учитель рассказывает историю, о ВФСК «ГТО», и просит учащихся обратить внимание на экран.</p> <p>«Сегодня для нашего урока, послы ГТО в России, а это великие спортсмены приготовили задания, с которыми мы должны справиться. Успешно пройдя эти задания, мы с Вами сможем повесить свой физический уровень, и подготовится к сдаче комплекса ГТО. Команда, которая быстрее всех или лучше всех справится с заданием, получает подсказку, для того, чтобы восстановить цитату.</p> <p>Задание №1.</p> <p>Первое задание у нас от Валуева Николая Сергеевича. На экране есть подсказка, каким видом спорта он занимается (ответ бокс). Боксеры должны быть ловкие и сильные – и что бы получить конверт с подсказкой, надо выполнить задание первой эстафеты</p> <p>Эстафета. Первый участник становится у линии старта, по команде учителя, первый</p> | <p>Проходят на скамейки по цветам команд.</p> <p>Участвуют в эстафете. Участвуют в игре</p> |
|----|--|--|---|

| | | | |
|--|--|--|---|
| | | <p>учащийся стартует держа в руке перчатку, добегают до поворотной стойки, у которой наносит удар по боксерской груше, возвращается к команде, где у линии старта уже ждет участник под номером 2, передает эстафету, участник одевает перчатку и повторяет предыдущие задание:</p> <p>Ошибки:</p> <ul style="list-style-type: none"> - заступ за линию - отсутствие удара по груше - одевание перчатки во время бега <p>По итогам эстафеты, команда одержавшая победу, получает конверт подсказку.</p> <p>А теперь скажите мне, как Вы думаете, как данная эстафета, помогает нашему здоровью?</p> <p>Задание №2. Исинбаева Елена Гаджиевна (прыжки с шестом)</p> <p>Вам предстоит выполнить комбинированную эстафету: по команде старт, учащийся выполняет прыжки через гимнастическую скакалку до поворотной стойки, затем от поворотной стойки держа скакалку в руке, пробегаем через</p> | <p>Учащиеся отвечают на вопрос, как помогает эта эстафета здоровью?</p> |
|--|--|--|---|

| | | | |
|--|--|--|---|
| | | <p>имитацию болото, ставя каждую ногу на отдельную кочку (обруч).</p> <p>Ошибки: - заступ за линию</p> <ul style="list-style-type: none">- не выполнение задание- не оббегание конуса <p>Ответьте на вопрос, а эта эстафета, как помогла нашему здоровью?</p> <p>Задание №3. Егорова Любовь Ивановна</p> <p>(Почетный гражданин города Санкт-Петербурга), какой вид спорта представляет?</p> <p>Лыжи развивают выносливость и силу рук.</p> <p>Капитан команды, становится у поворотной стойки держа в руках пластиковое ведро. По команде участники команды по очереди держа в руке пластиковый шар, до бегают до конуса и от него метают пластиковый мяч таким образом, что бы капитан смог его поймать! Эстафета заканчивается тогда, когда капитан с ведром возвращается к команде.</p> | <p>Учащиеся отвечают на вопрос, как помогает эта эстафета здоровью?</p> |
|--|--|--|---|

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | <p>Мы должны помнить, что занятия лыжной подготовкой помогает нашему дыханию, а следовательно при правильном дыхании наша кровь наполняется кислородом и лучше начинают работать клетки головного мозга!</p> <p>Задание 4. Латынина Лариса Семеновна (вид спорта – гимнастика)</p> <p>Скажите, при помощи слайда на экране – какой вид спорта прославила Лариса Семеновна?</p> <p>А как занятие гимнастикой влияет на наш организм?</p> <p>От Ларисы Семеновны – вам непростое задание, в этом задании не самое главное скорость выполнения, в этой эстафете как и во всем виде спорта «гимнастика», необходимо выполнить задание без единой ошибки. Вам надо преодолеть полосу препятствий: По команде учителя, первый участник кладет на голову мешочек и держит на голове мешок, надо пройти до поворотной стойке по линии или канату (руки в сторону)</p> | <p>Учащиеся отвечают на вопрос</p> <p>Ответы на вопросы о влиянии гимнастики на организм человека</p> <p>Отвечают на вопросы</p> |
|--|--|--|--|

| | | | |
|--|--|---|--|
| | | <p>не уронив мешок, обратно пройти перешагивая через набивной мяч или фишки с высоким подниманием бедра.</p> <p>Задание 5. Это задание не простое. Давайте посмотрим на экран (30 секундный ролик о Футболе). Скажите, какое известное спортивное событие произошло в нашей стране в этом году, за которым следили в любом уголке мира (чемпионат по футболу)</p> <p>Для того что бы получить подсказку от сборной России по футболу, нам необходимо выполнить футбольную эстафету. По команде учащиеся обводят футбольный мяч вокруг конусов вперед и обратно!</p> <p>Как помогает нашему здоровью, игра в футбол по правилам?</p> <p>Мы получили с Вами подсказки, каждая команда одержав победу – забрала конверт. Давайте откроем эти конверты! В каждом конверте есть отрывки фразы, лишь все вместе соединив наши отрывки мы сможем узнать цитату»</p> | <p>Отвечают на вопросы</p> <p>Составляют текст из отрывков фразы</p> |
|--|--|---|--|

| | | | |
|-----|---|--|--|
| | | «Здоровье – гораздо более зависит от наших привычек, чем от врачебного искусства» | |
| 7. | Обобщение и систематизация знаний | Составление слова из подсказок. Проговаривание цитаты. | Составили слово и вставили в цитату пропущенное слово. |
| 8. | Контроль усвоения учебного материала | Проговорить ошибки, которые допускали дети | Учащиеся озвучивают ошибки |
| 9. | Итог и рефлексия учебной деятельности | Предлагает учащимся, взять конверты со знаками ГТО, и соотнести свое эмоциональное состояние и поставить знак ГТО: Золотой конверт – доволен результатом Серебряный конверт – доволен, но есть к чему стремиться Бронзовый конверт – не доволен результатом | Берут конверт, соотносят свое эмоциональное состояние с предложенными вариантами |
| 10. | Информация о домашнем задании, инструктаж по его выполнению | Знать по одному высказыванию известного спортсмена о здоровом образе жизни | |

