

План – конспект урока физической культуры

Предмет: физическая культура

Класс: 4

Тип урока: комбинированный

Технология построения урока:

Тема урока: «Подвижные игры. Эстафеты»

Цель урока: развитие координационных и кондиционных способностей, развитие интереса учащихся к здоровому образу жизни

Задачи:

Образовательные

- продолжить формирование знаний по теме «здоровый образ жизни»
- совершенствовать знания
- закрепление двигательных навыков в эстафетах

Развивающие

- развитие кондиционных и координационных способностей

Воспитательные:

- способствовать воспитанию чувства коллективизма, соперничества, смелости
- воспитание патриотизма

Оздоровительные:

1. Укрепление здоровья посредством развития физических качеств

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

Межпредметные связи: история, история города.

Материалы и оборудование:

1. Манишки разноцветные 3 комплекта по 6 штук
2. Скамейки гимнастические 3 м – 3 штуки
3. Экран, проектор, звуковые колонки
4. Презентация
5. Фишки – 40 штук
6. Карточки со схемой раскладки инвентаря
7. Карточки для проведения разминки
8. 18 пилоток
9. 18 обручей
10. 3 набивных мяча
11. 3 ящика
12. 18 кегель
13. 3 баскетбольных мяча
14. 3 футбольных мяча
15. 3 теннисных мяча
16. 3 фитбола
17. 3 волейбольных мяча
18. 3 набивных мяча

Планируемые результаты:

Предметные результаты: 1. Знать и соблюдать правила проведения эстафет	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.
	Познавательные УУД: знать правила эстафеты, выполнять эстафеты.

	Регулятивные УУД: контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнера, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель
	Коммуникативные УУД: содействовать сверстникам в достижение цели устанавливать рабочие отношения

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 класс 2. 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. 147 6. 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:</p> <ol style="list-style-type: none"> 9. Презентация

--	--

Технологическая карта урока:

№	Этапы образовательной деятельности	Деятельность учителя	Деятельность учеников
1.	Организационный момент	Проведение построения, проверка готовности к уроку, создание эмоционального настроя 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, фиксация темы и задач урока	<p>Зачем нам с Вами нужен урок физической культуры?</p> <p>Посмотрите на экран, и выберите для себя ответ на вопрос: «Почему я должен быть здоров». Я через буду читать варианты, а Вы совершаете хлопок ладонями, если согласны....</p> <p>Почему человек должен быть здоров?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Защищать родину 2. Быть красивым и спортивным 3. Стать знаменитым спортсменом 4. Добиться успеха в жизни <p>А есть ли у Вас еще варианты, для чего нужно быть здоровым?</p> <p>Посмотрите внимательно на наш спортивный зал. В зале много различного спортивного инвентаря, как Вы думаете,</p>	хлопают в ладоши

		<p>чем мы будем заниматься сегодня на уроке, используя данный инвентарь. Ответив на этот вопрос, вы узнаете тему нашего урока. (Эстафеты).</p> <p>А скажите мне, какие физические качества развивают эстафеты. Ответив на этот вопрос, вы сформулируете цель нашего урока.</p> <p>И я предлагаю отправится в мир эстафет, где каждый урок будет тематическим.</p> <p>Класс, направо. По цветам «звезд» в обход по залу на скамейки шагом марш.</p> <p>Какой теме будут посвящены эстафеты? Вы назовете сами. Для того, что бы помочь я задам Вам несколько вопросов?</p> <p>На какой улице находится наша школа?</p> <p>Кто такой Спирин?</p> <p>С этого учебного года нашей школе присвоено имя героя ВОВ – Александра Ивановича Спирина.</p> <p>А кто из Вас знает, какой подвиг совершил Александр Иванович.</p> <p>Верно, Александр Спирин – совершил героический подвиг и будучи раненым он смог поразить 16 вражеских танков.</p>	<p>Отвечают на поставленные вопросы учителя, сообщают о том, что будут выполнять – эстафеты.</p> <p>Развивают ловкость, быстроту, координацию</p> <p>Отвечают на вопрос учителя.</p> <p>улица Спирина</p> <p>Здоровье</p>
--	--	---	---

		<p>Тема наших эстафет «Служить России»</p> <p>Великий полководец Александр Васильевич Суворов сказал фразу: «Солдату надлежит быть здорову, храбру, твердо, решиму, правдиву».</p> <p>Посмотрите на высказывание, что из этого мы с вами укрепляем на уроках физической культуры?</p> <p>На 1 место Суворов поставил именно здоровье.</p>	
5.	Актуализация знаний	<p>Скажите мне: какие основные правила охраны труда, Вы помните при проведение эстафет и подвижных игр, на что стоит обратить внимание!</p> <p>Что может произойти, если мы не будем соблюдать правила охраны труда?</p>	<p>Учащиеся называют основные правила безопасности при проведение эстафет</p> <p>можем нанести вред здоровью</p>
		<p>У освобожденных учащихся было опережающее домашнее задание. Ознакомится со схемой раскладки спортивного инвентаря. Сегодня Вы на уроке будете помогать мне в организации и судействе эстафет. Есть ли у Вас вопросы?</p> <p>Класс. Направо. Легко бегом.</p> <p>С чего начинается утро солдата?</p>	<p>Учащиеся выполняют бег по кругу</p> <p>Учащиеся отвечают «с зарядки»</p>

		<p>Перестроение из одной шеренги в три шеренги, проведение разминки.</p> <p>Учитель показывает учащимся карточки с изображением части тела для которой необходимо провести упражнение, учащиеся называют части тела и по очереди показывают упражнение. Если учащийся не знает какое упражнение показать, он может взять предложенное упражнение с карточки.</p> <p><i>Упражнение №1 (для мышц шеи)</i> И.п.: руки на пояс, ноги врозь. Повороты головы, на 1 – поворот вправо, на 2 – и.п., на 3 – поворот влево, на 4 – и.п.</p> <p><i>Упражнение №2 (плечевой пояс)</i> И.п.: кисти к плечам, ноги врозь. Вращение в плечевом суставе, на первые 4 счета – вперед, на вторые 4 счета - назад</p> <p><i>Упражнение №3 (плечевой пояс)</i> И.п.: руки согнуты в локтях перед грудью, ноги врозь. На 1-2 – рывки перед собой, на 3-4 – в стороны</p> <p><i>Упражнение №4 (туловище)</i> И.п.: руки на пояс, ноги врозь. Наклоны туловища, на 1 – наклон вперед, на 2 – вправо, на 3 – назад, на 4 – влево.</p> <p><i>Упражнение №5 (ноги)</i></p>	<p>Учащиеся по карточке называют, какое упражнение необходимо выполнить и предлагают свой вариант. Учащийся который предложил упражнение, совершает демонстрацию упражнения.</p>
--	--	---	--

		<p>И.п.: руки на пояс, ноги врозь. Выпады вперед, на 1-2 – правой ногой, на 3-4 - левой</p> <p><i>Упражнение №6 (ноги)</i></p> <p>И.п.: руки на пояс, ноги врозь. Приседания под счет.</p>	
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><u>Эстафета №1. «Боевая тревога» (рис. 1)</u></p> <p>По команде учителя, первый участник команды добегает до обруча лежащего на лицевой линии волейбольной площадки, берет из него пилотку, возвращается к команде и передает эстафету следующему участнику касанием ладони. Пилотка остается у участника команды. Эстафета заканчивается тогда, когда последний участник пересекает линию.</p> <p>Ошибки:</p> <ul style="list-style-type: none"> - заступ за линию - выбегание до передачи эстафеты 	<p>Освобожденные учащиеся раскладывают инвентарь для первой эстафеты.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 3 обруча 2. 18 пилоток <p>быстрота</p>

		<p>Ребята, почему эстафета называлась «Боевая тревога»? Какое качество развивали?</p> <p><u>Эстафета № 2 «Покой нам только снится» (рис. 2)</u></p> <p>Эстафета. Первый участник по команде добегают до обруча, который находится на расстоянии 3-х метров от команды, берет набивной мяч. Переносит его в обруч лежащей на лицевой линии, и возвращается к команде. Следующий участник команды, возвращает набивной мяч в тот обруч, откуда его принес предыдущий участник команды.</p> <p>Ошибки:</p> <ul style="list-style-type: none"> - заступ за линию - не пронесен набивной мяч - мяч положен не в обруч <p>Эстафета «Покой нам только снится» уже была сложнее. Как Вы думаете, что мы развивали этой эстафетой кроме быстроты?</p> <p><u>Задание №3. «Переправа» (рис. 3)</u></p> <p>Вся команда, кроме капитана, переходит на противоположную сторону от линии</p>	<p>Освобожденные учащиеся раскладывают инвентарь для второй эстафеты.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 6 обручей 2. 3 набивных мяча <p>координационные и кондиционные способности сила</p> <p>Освобожденные учащиеся раскладывают инвентарь для третьей эстафеты</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 3 обруча
--	--	---	---

		<p>старта. Капитан держит в руках обруч. По команде, он добегают до команды и при помощи обруча довозит одного члена команды в штаб. И так капитан выполняет задание с каждым членом команды. Эстафета заканчивается тогда, когда каждый участник эстафеты занял свое место в команде. Капитан поднимает руку.</p> <p>Ошибки:</p> <p>- участник команды бежит не внутри обруча</p> <p>А что мы развивали этой эстафетой?</p> <p><u>Эстафета № 4 «Подготовка к бою» (рис. 4)</u></p> <p>На лицевой линии находятся боеприпасы (пластиковые мячи), по команде каждый участник добегают до обруча находящегося на лицевой линии перепрыгивая из одного обруча в другой и берет один мячи таким же способом возвращается к своей команде. С обратной стороны команды находится ящик для боеприпасов, куда каждый участник убираем снаряд, и после этого передает эстафету следующему игроку.</p> <p>Ошибки:</p>	<p>выносливость, работу в команде</p> <p>Освобожденные учащиеся раскладывают инвентарь для четвертой эстафеты.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 3 ящика 2. 18 обручей 3. 18 кегель <p>скорость, координацию, собранность</p>
--	--	--	--

		<p>- заступ за линию</p> <p>Давайте подведем итог, что мы развивали при помощи этой эстафеты?</p> <p><u>Задание №5. «Здоровая каша» (рис. 5)</u></p> <p>Скажите мне, а что солдаты едят на завтрак?</p> <p>Вот мы с Вами сейчас сварим настоящую спортивную кашу из различных мячей?</p> <p>На расстояние 6 метров от линии старта, находится обруч в котором лежат разные мячи (баскетбольный мяч, футбольный мяч, теннисный мяч, фитбол, волейбольный мяч, набивной мяч).</p> <p>По команде учащийся добегают до первого обруча, находящего на расстоянии 3-х метров от средней линии, и берет карточку (на карточке написан вид мяча и задание).</p> <p>Баскетбольный мяч – ведение мяча</p> <p>Футбольный мяч – ведение мяча</p> <p>Волейбольный мяч – перекатывание мяча из руки в руку</p> <p>Фитбол – катим перед собой</p>	<p>кашу</p> <p>Освобожденные учащиеся раскладывают инвентарь для пятой эстафеты:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 6 обручей 2. 18 карточек 3. 3 баскетбольных мяча 4. 3 футбольных мяча 5. 3 теннисных мяча 6. 3 фитбола 7. 3 волейбольных мяча 8. 3 набивных мяча
--	--	---	---

		<p>Теннисный мяч - удары мяча в пол на месте 5 раз</p> <p>Набивной мяч – переноска мяча</p> <p>Задача участника команды, вернуться на свое место с мячом, и мяч убрать в обруч находящейся за командой.</p> <p>Эстафета заканчивается тогда, когда последний участник вернулся к команде?</p> <p>Ошибки: - заступ за линию</p> <p style="padding-left: 40px;">- не выполнение задание</p> <p>А теперь скажите мне, что мы развивали при помощи последней эстафеты «Здоровая каша», самой сложной эстафеты.</p> <p>А теперь мы с Вами должны продолжить фразу Николая Пирогова. Поможет нам в этом азбука «Морзе»</p> <p style="text-align: center;">«ЗДОРОВЬЕ КАЖДОГО – ЗДОРОВЬЕ НАЦИИ, ЗДОРОВЬЕ НАЦИИ –</p>	<p>Отвечают на вопрос учителя</p> <p>Отвечают на вопросы</p>
--	--	---	--

	 ПРОЦВЕТАНИЕ РОССИИ»	
7.	Обобщение и систематизация знаний	При помощи азбуки Морзе составили цитату.	Составили слово и вставили в цитату пропущенное слово.
8.	Контроль усвоения учебного материала	Проговорить ошибки, которые допускали дети. Какие ошибки мы допускали на уроке?	Учащиеся озвучивают ошибки
9.	Итог и рефлексия учебной деятельности	Сегодня на уроке отметку Вы себе поставите сами по знакомым нам уже критериям, это касается так же освобожденных учащихся, кто работал с карточками: Отметка «5» менее 2-х ошибок Отметка «4» более 2 ошибок, есть к чему стремиться	
10.	Информация о домашнем задании, инструктаж по его выполнению	Знать по одному высказыванию известного спортсмена о здоровом образе жизни	



