**Рецензия**

**по физической культуре для учащихся 4 класса**

**Тема урока:** Лазание по гимнастической стенке

**Педагог:** Курбатова Светлана Сергеевна

**Раздел программы**: Легкая атлетика

**Форма урока: «Путешествие в джунгли»**

**Тип урока**: комбинированный

Цель урока «*Совершенствование техники преодоления препятствий и самостраховки*» реализовывалась через решение следующих дидактических задач:

*Образовательные задачи:*

* Совершенствовать лазание по гимнастической стенке вверх, вниз, вправо, влево;
* Разучить комплекс упражнений с фитболами;
* Совершенствовать перестроение из одной колонны в три.

*Оздоровительно-развивающие задачи*

* Развивать координационные способности, быстроту, выносливость.

*Воспитательные задачи*

* Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу при выполнении двигательных действий, чувство взаимопомощи, дисциплинированность

Реализованы следующие принципы:

1. Каждый ученик работал на своем уровне сложности, при выполнении упражнений мог обратиться за помощью к учителю. Характер тренировочных и самостоятельных упражнений подобраны с учетом уровня подготовленности учащихся и возрастных особенностей.
2. Принцип развития реализовывался на всех этапах урока через все предлагаемые задания.
3. На уроке прослеживалась связь с темами предыдущих уроков.
4. Учениками осознавалась необходимость приобретения знаний.
5. Создана атмосфера доверия, психологический комфорт.
6. Каждый этап урока направлен на формирование здоровья и здорового образа жизни.Цели данного урока соответствуют требованиям программы и связаны с предыдущими учебными занятиями.

Цели урока определили логику изучения содержания материала и характер взаимодействия учителя и ученика. Организована деятельность учащихся по принятию цели урока. Для этого были использованы словесные, игровые методы, метод стимулирования интереса, которые способствовали повышению учебной мотивации, обеспечивали диалог педагога и детей.

На уроке применялась фронтальная, групповая, индивидуальная формы работы. Выбранные формы организации познавательной деятельности обеспечивали сотрудничество между школьниками, способствовали включению каждого ученика в деятельность по достижению цели.

Выбранные формы, приемы и методы работы соответствуют психофизиологическим и индивидуальным особенностям учащихся. Для мотивации и активизации деятельности учитель удачно использовал игровые, сюрпризные моменты, задания в стихотворной форме.

Все этапы урока четко спланированы и выдержаны.

В подготовительной части урока проводились обязательные упражнения на корректировку осанки и профилактику плоскостопия, на развитие равновесия.

Содержание подготовительной и заключительной частей соответствуют материалу основной части урока, продуманы логические переходы.

В основной части урока учителем были продуманы упражнения на развитие гибкости, двигательной активности и т.д. Перед их выполнением дается четкий инструктаж, дозировка, точное описание техники упражнений, их названий. В течение урока учитель следил за правильностью выполнения заданий, техникой исполнения, обеспечивал страховку.

Урок полностью соответствовал гигиеническим и экологическим нормативам:

*учебной деятельности* – нормирование нагрузки, учет уровня физической нагрузки, правильно регулируемая нагрузка;

*учебного помещения* – воздушно-тепловой режим, эстетический комфорт.

Прослеживалась высокая общая плотность урока – 84 %, моторная плотность урока составила – 75 %. В подготовительной части урока наблюдался рост физической нагрузки, в основной – пик физических нагрузок и начало их спада, в заключительной части – восстановление пульса до нормы.

Урок отличался четкостью, компактностью, сжатостью, логической взаимообусловленностью учебного материала каждого этапа.

В течение всего урока учителем акцентировалось внимание на самоконтроль детей за своим состоянием.

Урок был интересен для детей, оптимален по отбору содержания материала и темпу проведения. Благоприятная психологическая атмосфера урока, создание ситуации успеха для каждого ребенка вне зависимости от уровня его развития и учебных возможностей.

Образовательные, воспитательные и развивающие задачи решались в единстве. Цель урока полностью достигнута.

**Открытый урок**

**по физической культуре для учащихся 4 класса**

**Тема урока:** Лазание по гимнастической стенке

**Раздел программы**: Легкая атлетика

**Форма урока: «Путешествие в джунгли»**

**Тип урока**: комбинированный

**Цель урока:** Совершенствование техники преодоления препятствий и самостраховки

**Задачи:**

***Воспитательные:*** воспитывать доброжелательное отношение друг к другу при выполнении двигательных действий, чувство взаимопомощи, дисциплинированность

***Оздоровительные:*** развивать координационные способности, быстроту, выносливость

***Образовательные***: совершенствовать лазание по гимнастической стенке вверх, вниз, вправо, влево; учить комплексу упражнений с фитболами; совершенствовать перестроение из одной колонны в три.

***Урок проводится в спортивном зале, на стенах изображения пальм, животных, населяющих джунгли.***

***Инвентарь:*** малые мячи (по количеству учащихся), гимнастические скамейки (3 шт.), фитболы (по количеству учащихся), шведская стенка, гимнастические маты.

***Методическая карта урока:***

**1. Организация класса. Введение в ситуацию общения (подготовительная часть урока):**

1.1. Сообщение задач урока, настроить учащихся на деятельность.

1.2. Формирование навыков ходьбы и бега (разновидности передвижений).

1.3. Совершенствовать строевые упражнения, изученные ранее (повороты на месте, перестроение из одной колонны в две, три в движении).

1.4. Совершенствование техники выполнения упражнений на уменьшенной площади опоры, упражнения на развитие равновесия.

1.5. Совершенствование техники выполнения комплекса ОРУ с малыми мячами.

**2. Актуализация знаний и пробное учебное действие (основная часть урока):**

2.1.Разучивание упражнений с фитболами.

2.2. Совершенствование техники прыжков в длину с места и с небольшого разбега.

2.3. Закрепление и совершенствование навыков лазанья по шведской стенке, по гимнастической скамейке.

**3. Рефлексия учебной деятельности на уроке (заключительная часть урока):**

3.1. Учить игровым заданиям и эстафетам, игре на внимание.

3.2. Способствовать понижению нагрузки, проверка внимания.

3.3. Подведение итогов урока.

**Пояснительная записка**

Конкурсный сценарий урока по физической культуре представлен по **гуманитарному** направлению по теме: лазание по гимнастической стенке; раздел программы: легкая атлетика; форма урока: «Путешествие в джунгли».

**Социальная характеристика класса**: в классе 13 человек: мальчиков – 7, девочек – 6; проживают в полных семьях - 7, в неполных - 6; в благополучных семьях воспитываются – 10, в неблагополучных – 3.

**По медицинским показателям**: имеют подготовительную группу здоровья – 8 человек, основную – 5 человек.

**Психологическая характеристика класса:** Между обучающимися достаточно ровные, в целом бесконфликтные отношения, но есть группа детей, которую следует отнести к группе «непринятых» (Дима С., Мерген К., Данил К.)). Они необщительны, отличаются медленным темпом деятельности, с трудом вовлекаются в коллективную (групповую или парную) работу. В работе с этими детьми необходим индивидуальный подход при выборе форм и методов, которые должны соответствовать их личностным и индивидуальным способностям: медленная переключаемость внимания, отвлекаемость, застенчивость.

Никита М., Паша В., Слава З. – дети «настроения», у них часто происходят эмоциональные срывы, но мальчики быстро успокаиваются и включаются в работу.

Основная часть обучающихся класса – это дети со средним уровнем познавательного развития. Они отличаются организованностью, дисциплинированностью, хорошей учебной мотивацией.

Класс очень активный, можно сказать «непоседы». В начале урока их тяжело успокоить, они не всегда настраиваются на рабочий лад, но уже через 5 – 7 минут активно принимают активное участие на уроке

**По уровню развития физических способностей**: 5 человек показывают высокий уровень, 5 – средний, 3 – низкий. В работе используется Комплексная программа по физическому воспитанию для 1-11 классов доктора педагогических наук В.И. Ляха и кандидата педагогических наук А.А. Зданевича. Раздел программы – легкая атлетика. Количество часов в неделю – 2 часа, в год – 68 часов.

Этапы урока подробно описаны в методической карте. Основная часть урока проводится на основе метода круговой тренировки

**Сценарий урока**

**Начало урока:**

Построение класса в шеренгу, приветствие, расчет по порядку номеров.

**Учитель:** Ребята! Я уверена в том, что вы все мечтаете о приключениях, путешествиях. Сегодня я предлагаю вам отправиться в путешествие по Джунглям. Но Джунгли – это такое место, где нас будут подстерегать различные препятствия и опасности. Джунгли – это край приключений. Если вы уверены, что все это сможете преодолеть (это умение бегать, прыгать, лазать, кувыркаться, соревноваться, преодолевать препятствия), то тогда, вперед! Но, чтобы отправиться в далекое путешествие, нужно немного размяться.

**- Раз, два, левой – мы шагаем смело.**

 **В Джунглях ждет нас много встреч, и нам некогда прилечь.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Часть урока** | **Содержание** | **Дозировка** | **ОМУ (общие методические указания)** |
| **Подготовительная** **10-12 мин** | 1. Построение, сдача рапорта, приветствие2. Сообщение задач урока3. Повороты на месте, расчет на 1,24. Передвижения по залу в колонне по одному5. Ходьба с одновременным выполнением упражнений руками. а) 1 - правая на пояс, 2 - левая на пояс, 3 - правая к плечу, 4 - левая к плечу, 5 - правая вверх, 6 - левая вверх, 7-8 – два хлопка в ладоши 1-8 - все в обратной последовательности б) 1-4 шаг ходьба на носках, руки вверх. 5-8 ходьба на пятках, руки на пояс. в) Три шага вперед, остановка, прыжок  ноги врозь с хлопком над головой. г) Повторить пункт в), но спиной назад.6. Разновидности передвижений. а) Галоп с правой ноги и с левой  б) «Скрестный» бег правым и левым  боком.**Учитель: Чтобы ближе к цели быть, нам бы стоит поспешить.**в) Бег «змейкой», обегая препятствия7. Задания в парах. а) По свистку: 1-номера принимают  положение упора стоя, боком по  направлению движения  2-номера подползают под первого. И  все продолжают движение, по второму  свистку наоборот. б) По свистку: 2-номера забегают за 1 и  встают впереди, по второму свистку  наоборот. в) По свистку: 1-номера принимают  положение упор лежа, 2-номера  перепрыгивают через 1. И наоборот.**Учитель: Вот отличная дорога** **Руки разомнем немного,** **А помогут в этом нам** **Наши мягкие друзья** **В колонну по три через центр,**  **шагом марш.**8. Перестроение в колонну по три. Дети встают за скамейками. ОРУ с малыми мячами. а) Ходьба по скамейке, одновременно  перекладывая мяч вокруг шеи, пояса,  таза, под ногой. На полу ходьба с  одновременным отбиванием мяча об  пол. б) Ходьба по скамейке приставным шагом,  ударяя мячом об пол, на полу  упражнение «каракатица» мяч на  животе. в) Ноги врозь, ходьба ударяя мячом о  скамейку, на полу перекладываем мяч  под ногой и выполняем подпрыгивание. г) Прокатить мяч по скамейке правой  рукой, на полу бег с мячом до фишки.**Учитель: В джунглях очень много дел,** **Но всему есть свой предел.** **Дружно мячик убираем** **На фитбол его меняем** | 30 с1 мин30 с5-6 раз4-5 раз5-6 разПо 4 шага на каждую,повторить 6-8 раз4 раза4 раза4 раза2-3 раза2-3 раза2-3 раза1-2 раза | Класс! Равняйсь, Смирно! Здравствуйте! По порядку номеров, рассчитайсь!... Дежурный, сдать рапорт!...«Направо», «Налево», «Кругом».На 1-2 рассчитайсь.В обход налево шагом, марш!На каждый шаг выполняется движение рукой, учитель выполняет под счетРуки вверх, следить за правильной осанкойПрыжки выполняются на месте, постараться не касаться друг друга, контролировать интервал и дистанциюВыполняется по кругу, в колонне по одномуБег вокруг скамеек. После бега перейти на ходьбу, выполнить упражнения на восстановление дыханияСледить за тем, чтобы дети не сталкивались, быстро реагировали на сигналы учителя.Чтобы забежать вперед, необходимо ускориться.Упор лежа выполняется лицом к центру круга.Дети передвигаются в колонне, учитель раздает малые мячи, после этого дети перестраиваются в три колонны в движении.Перед каждой колонной скамейка.Следить за интервалом, после отбива мяч ловить двумя руками.Постараться, чтобы мяч катился точно по прямой, выполнить левой рукой то же. Дети складывают мячи, подходят и берут фитболы. |
| **Основная****20 мин** | 1. Упражнения на фитболе **«Лошадка»**Сидя на фитболе, легкие пружинистые движения вверх – вниз**«Кошечка»**Из положения седа на пятки, руки в упоре на фитбол. Откатить фитбол руками вперёд, вытянуть позвоночник.**«Петрушка»**Сидя на фитболе, поочерёдное поднимание ног, руки в стороны**«Балеринка»**Из положения лёжа на спине на полу, ноги на фитболе, поочерёдно поднимать правую и левую ногу вверх.**«Паучок»**Из положения лёжа, на фитболе на животе с упором руками и ногами на полу, лёгкие покачивания вперёд – назад на мяче. Мышцы расслаблены.**«Крокодильчик»**Из положения упора стоя на коленях, руки на фитболе, переход в положение лёжа на фитболе, с упором руками на полу.**«Отбивание»**Из положения стоя отбивание левой и правой рукой поочерёдно.**«Силач»**Поднять прямые руки с мячом вверх – вдох, опустить вниз – выдох.Количество повторений каждого упражнения 4-6 раз.2. Прыжок в длину с места. **Странный «зверь» устал немножко** **Уберем его за ножки.****Эх, препятствие большое, пропасть здесь. Придется прыгать.**Присесть, руки завести назад, по сигналу – руки вперед, замах и прыжок в длину вперед, поворот кругом и снова прыжок. После прыжков дети подходят к шведской стенке.**Учитель:** **Смелый, быстрый, ловкий, меткий!****Эй, ребята, все за мной!****Продолжим наше путешествие по джунглям. Наша дорога привела нас к горе Килиманджаро. Чтобы по ней подняться, нужно преодолеть трудный подъем, т.к. там мало ровных мест и дорогу пересекает горная речка. Она хоть и мелкая, но течение в ней очень быстрое, а вода ледяная. Для того, чтобы нам все это преодолеть, нужно разделиться на две группы и будем по очереди проходить препятствия.**Метод круговой тренировки.**I группа** – «восхождение на Килиманджаро». Лазание по шведской стенке поточно. Первый забирается на первую стенку, приставным шагом передвигается на соседние секции, потом спускается и возвращается обратно подлезая под барьеры.**II группа** – «преодоление горной реки». Проползти по скамейке, выполнить разбег и перепрыгнуть через канат (прыжок в длину с разбега с приземлением на обе ноги). По свистку учителя, группы выстраиваются у своих этапов и по второму сигналу меняются местами. Выполняется задание на другом этапе. Затем садятся на скамейки.**Учитель: Здесь нам было трудновато** **Но мы смелые ребята,****И мы наконец-то выбрались на твердую почву. Вот так джунгли! Ну и ну! Что мы видим? Здесь зверей не сосчитать. Вот и зебра, обезьянка, леопарда не догнать, давайте с вами попробуем изобразить этих животных и будем передвигаться, так же как и они.** | 6 раз4-5 раз4-5 раз4-5 раз4-5 раз4-5 раз4-5 раз4-5 раз4-6 раз2-3 мин.2-3 мин. | Высоко не подпрыгивать.Тянуть носочек, ноги не сгибатьНоги в колене не сгибатьСильно не раскачиватьсяВыполнять плавноМожно с поворотами вокруг себяНа полу две параллельные веревочки на расстоянии около 80 см.Детей можно разделить на группы, в соответствии с номером, полученным вначале при расчете или на девочек и мальчиковПод шведской стенкой разложить маты, обеспечить страховку.Поочередно проползают по скамейке, подтягиваясь двумя руками. Прыжок в длину с разбега, обратить внимание на технику прыжка. Движение рук, отталкивание одной ногой и приземление на две ноги.На скамейке лежат маски этих животных. Дети подходят и разбирают их и выстраиваются в колонны.1 номера – зайцы2 – леопард3 – зебра4 – обезьянки5 – тигри т.д. |
| **Заключительная****8-10 мин** | 1. По сигналу учителя первые номера выбегают и изображают своего зверя, затем вторые и т.д.
2. Игра «Вызов номеров» вместо номера назвать животное, ребенок выбегает, добегает до фишки и обратно бегом. Кто первый тот и приносит команде очко.

**Учитель: Ребята, а вы знаете, что в джунглях очень быстро темнеет? Поэтому нам пора возвращаться домой.**3. Построение в одну шеренгу.4. Игра на внимание «Горы, реки, кочки»По команде «горы» - все встают на носки и поднимают руки вверх. По команде «реки» - поворачиваются направо и кладут руки друг другу на плечи. По команде «кочки» - все делают упор присев.**Учитель: Вот и настала пора прощаться, я надеюсь, вам наше путешествие по джунглям понравилось? Вы были ловкие и смелые, дружные и внимательные. До свидания, до новых встреч!** | 1 разКаждое животное по одному разу3-4 раза | Каждый ребенок придумывает свой способ передвижения. Добежать до фишки, обратно шагом.Вызывать в любой последовательности. В конце повести итог.В одну шеренгу, «становись»!Объяснить правила игры, каждый ребенок проверяет свою внимательность.Дети прощаются с учителем и выходят из спортзала. |