**Урок по физической культуре**

**в начальной школе**

**Тема: «Подвижные игры на основе гимнастики»**

**Сюжетно-ролевая игра**

**«*Сказочное Путешествие»***

**План-конспект урока физкультуры в 4 классе.**

**Тема:** подвижные игры на основе гимнастики.

**Сюжетно - ролевая игра «Сказочное Путешествие»**

**Цели урока:**

***Образовательная***

- Способствовать обучению детей коллективной игре, умению взаимодействовать с партнером

- Вооружить учащихся знаниями и навыками правильного дыхания.

***Развивающая***

-Совершенствовать двигательные навыки, обогащать двигательный опыт детей

- Создать условия для формирования навыков релаксации

***Воспитательная***

- Воспитывать волевые качества: смелость, решительность

- Способствовать воспитанию культуры эмоционального поведения в

спортивно-игровой деятельности.

- Воспитание творческого отношения к игре.

**Задачи урока:**

1. Овладение навыками ходьбы, бега, прыжков, преодоление препятствий.
2. Способствовать формированию правильной осанки посредством выполнения специальных упражнений.
3. Развивать подвижность в суставах.
4. Развивать координационные способности, игровое внимание.
5. Ловкость, выносливость, скоростно-силовые качества.
6. Воспитывать смелость, решительность, чувство товарищества.

**Оборудование и инвентарь**:

1. обручи.
2. гимнастические скамейки.
3. Гимнастические палки.
4. Городки.
5. Вырезанные из бумаги цветы, грибы, квадраты.
6. Досочки.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Содержание** | **Дозировка, мин.** | **Организационно-методические указания** |
| **I Подготовительная часть**  **1.** Построение, сдача рапорта.  **2.** Сообщение задач урока.  **4.** Разминка. Преодоление препятствий в зале.   * Ходьба:   -на носках;  -на пятках;  -на внутренней стороне стопы;  -приставным шагом.   * Бег:   -обычный;  -вокруг «луж»  - прыжки чрез «канавы».   * Ходьба обычная. | 10'  1'  1'    1'  1'  1'  1'  1'  1'  1'  1' | Построение в спортивном зале  Приветствие    Руки вперед, плечи опустить.  Шаг короткий.  Руки за голову, локти в стороны, спина прямая.  С правой ноги, руки на пояс.  Темп медленный, в колонне держать дистанцию.  Прыжки с ноги на ногу.  восстановление дыхания. |
| **II Основная часть**  **1.Сюжетно-ролевая игра «Сказочное путешествие»**  1. Рассказ и показ задания  2.Правила ТБ  3. Эстафеты  4.Отжимание.(показ какой медведь сильный). Игра «У медведя во бору»  5.Различные прыжки в игре.  6. Упражнения на ловкость.  7. Упражнения на координацию движений.  8. Упражнения на выносливость в игре. | 25'  1'  1'  4'    4'  3'  4'  3' | построится и разделиться на две команды.  не толкаться, быть внимательными.  руки сгибаются до конца, подбородок приподнят.  прыжок вверх как можно выше, в длину.  держать спину ровно, плечи развёрнуты, колени выше.  бег, прыжки в стороны. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **III Заключительная часть**  **Игра на внимание «Так и так».**  **Построение. Подведение итогов урока.** | 5' | Объявить оценки. |

**СХЕМА УРОКА**

канавы лужи

г/скамейка

досочки

**ХОД УРОКА**

***Учитель строит класс в одну шеренгу.***

* Построение
* Приветствие

**Учитель:** Здравствуйте, ребята.

Сегодня мы с вами отправимся в занимательное путешествие, побываем в лесном царстве, на озере, доплывём до Африки, наш корабль попадёт в шторм, но я уверена что всё закончится благополучно и мы вернёмся домой. Во время путешествия свои успехи будим отмечать красивыми цветами на своей поляне. Но чтобы попасть в сказку, нам нужно пройти трудный путь. И так все готовы?

***Ответ учащихся.***

- Да.

**Учитель:** Тогда отправимся в путь. За мной марш.

Преодоление препятствий-прыжки через гимнастические палки (канавы), обход лужи (обручи), ходьба по мосту (гимнастическая скамейка), прохождение болота по кирпичикам(досочки). Сопровождение рассказом и музыкой.

***Учитель:*** *Дети, теперь вы оказались на большой лесной поляне. Видите там квадратики – это ваши домики. Займите каждый свой домик. А я пока посажу на поляне цветы и грибы, и посмотрю, как вы умеете и собирать их.*

*По свистку выбегают на поляну и, собрав каждый по два цветка и одному грибочку, возвращаются в свои домики.*

Учитель надевает маску медведя.

- На поляне первый нас встречает медведь. Он сильный и, чтобы стать ещё сильнее, обязательно тренирует свои лапы.

Дети выполняют сгибание и разгибание рук в упоре. Проводится игра «У медведя в бору». Водящий надевает маску и начинается игра, которая сопровождается стишком.

**Учитель**. А теперьповстречали зайца. Заяц длинноухий, самый быстрый, самый ловкий. (выполнение прыжков).

-Вот мы и на озере, здесь много цаплей и лягушек. Сейчас поиграем. Я водяной, а в руках у меня светофор, если покажу зелёный цвет, прыгают все в приседе, как лягушка, а если красный, ходят как цапля, высоко поднимая колени. По окончании игры самый добросовестный получает красный цветок.

-А с озера в город мы поплывём на байдарках по реке. (имитация движения). Доплыли мы до города Скамейск, положите вёсла. Ребята в городе вы попали в дом игрушки. Я же – продавец. Первая игрушка, которую я хочу продать – это мяч. Мой весёлый звонкий мяч, ты куда помчался вскачь, красный, жёлтый, голубой, не угнаться за тобой. (прыжки в разные стороны). Как только покажу красный светофор, все бегут и занимают свои места на витринах.

-А теперь я продаю экскаваторы. Что они умеют делать?

**Дети:** Переносить в своём ковшике землю.

**Учитель:** сейчас посмотрим, как работают ваши экскаваторы. У кого лучше получает красный цветок.

- Из дома игрушки мы отправляемся с вами в порт на паровозе. Паровозики, стройтесь! На мои слова должны отвечать: «Чух-чух-чух».

-Паровоз, паровоз!

До порта ты нас довёз.

У окна сижу.

И в окно гляжу.

-Прибыли в порт и садимся на корабль, отправляемся в Африку, но наш корабль попадает в бурю (имитация качающего корабля). Мы пересаживаемся в шлюпки и плывём к берегам Африки. (имитация движения гребцов). На шлюпке у нас боцман и юнга. По команде «Боцман!» - руки вперёд, показывая, что боцман толстый, а по команде «Юнга!» - сгибание рук, показывая, что худой. Игра на внимание.

-На наш корабль напали пираты.(проводится игра «Салки»-пираты ловят матросов ).

**Заключительная часть.**

**Учитель:** вот мы и в Африке. Здесь растут пальмы. Сначала пальмы маленькие, а потом выросли. Игра на внимание. «Так и так».

Молодцы, было очень весело, а главное полезно. Ведь хорошее настроение помогает быть здоровым.

**Построение. Подведение итогов урока.**

**Учитель:** Ребята, вы все сегодня были молодцы. И все справились с заданиями. Всё, чему мы учимся на уроках физкультуры, необходимо для нашей жизни. Сегодня все заработали отличные оценки. Урок окончен. На пра-во! Нале-во в обход, шагом марш! Подняли правую руку вверх, помахали, всего доброго, до новой встречи.

**ЛИТЕРАТУРА:**

1.Л.Д.Глазырина Т.А. Лопатик «Конспекты уроков для учителя физкультуры» 2 класс, 3 класс, 4 класс; ВЛАДОС, Москва 2004

2. Л.В.Байбородова «Методика обучения физической культуре», ВЛАДОС, Москва 2004

3. Н.И. Дереклеева «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья», Москва «ВАКО» 2004