МОУ «СОШ №1 р.п. Базарный Карабулак Саратовской области»

Сюжетно-ролевой урок

(4 класс)

Подвижные игры: « Поход на чудо-поляну»

Учитель физической культуры

Николаева Светлана

Александровна

2009 г.

Самоанализ урока

по физической культуре в 4 классе МОУ «COШ № 1

р.п. Базарный Карабулак Саратовской обл.»

Учитель: Николаева Светлана Александровна

Целью урока является формирования учащихся основных навыков по сохранению личного здоровья.

Задачи урока:

1. Закрепить навыки построения, перестроения.
2. Способствовать формированию правильной осанки, развитию двигательных навыков и физических качеств.
3. Закрепить представление о личной гигиене, о бережном отношении к природе.
4. Прививать трудовые навыки и любовь к родному краю.

Характеристика общих сведений об уроке

Время: 2 урок (9.50)

Место проведение: с/зал

Класс :4

Число учащихся по списку- 23

Число присутствующих- 23 Оборудование и инвентарь:

Кегли, гимнастические скамейки, полотенце, гимнастические палки, два ведра, скакалки, картошка, ленточки, баян.

Наглядное пособие:

Лучшие рисунки детей на тему: «Растения и жители нашего леса, умывальник «Мойдодыр»

Санитарное состояние зала соответствует гигиеническим требованиям. Я проводила урок в 4 классе.

Подвижные игры «Поход на чудо поляну», где детям предстоял трудный путь, но интересный. Они отправились на поиски чудо-поляны, преодолевая различные препятствия, быстро бегали, прыгали, убирали хворост, мусор, пахали, сеяли и убирали урожай.

Урок начался вовремя. Зал был приготовлен к занятиям. Использовались упражнения на внимание и осанку, строевые упражнения. Дети с удовольствием преодолевали различные препятствия. Показ, объяснения были четкими и ясными. Воспитательные и обучающие задачи были решены. Подбор ОРУ соответствовали целям и задачам урока, а также подготовленности учащихся. Построение и перестроение в уроке были целесообразными. Мои команды были четкими, распоряжения строго выполнялись, местонахождения учителя было выбрано правильно. Все учащиеся были на виду. Проводилась индивидуальная работа с учащимися, довались методические указания. Нагрузка соответствовала возрасту. Урок был построен так, чтобы с каждым этапом заданье усложнялись. Темп был высоким, за урок выполнен большой объем работы. На протяжении всего урока строго выполнялась техника безопасности.

В ходе урока работала над привитием нравственных качеств: взаимопомощи, коллективизма, товарищества и т.д. На уроке мне хотелось закрепить представление о личной гигиене, о бережном отношении к природе. Прививать трудовые навыки и любовь к родному краю.

Цель, поставленную на уроке, я достигла. Учащиеся показали хорошие знания. Все упражнения и задания выполняли правильно и с большим удовольствием.

Использовались средства и их эффективность на данном уроке (эстафеты, игры, упражнения).

Я на уроке большое внимание уделяю формированию осанки, профилактике плоскостопия. На уроке чередовались физические нагрузки и отдых. Обязательно в начале урока обращаю внимания на внешний вид учащихся.

Основная часть была строго регламентирована и завершилась подвижной игрой «Охотники и лисицы». Класс был поделён на две бригады. И в каждой бригаде был выбран бригадир. Учителем были использованы словесные, наглядные и практические методы обучения.

Контроль за усвоением знаний осуществлялся в основном учителем, а также самими учащимися, в соответствии с развивающей целью занятия осуществлялся самоконтроль и взаимоконтроль. В целях предупреждения переутомления учащихся использовался индивидуальный подход, чередование интенсивной физической нагрузке с упражнениями для восстановления дыхания.

Доброжелательное отношение учителя к учащимся и дружеские отношения между учениками, на мой взгляд, прежде всего, способствовали решению воспитательной задачи и помогли достичь положительной и психологической атмосферы на уроке и более эффективно усвоить занимающимся учебный материал.

Общее построение прошло чётко, организовано. Учителем были даны упражнения на внимания. Были подведены итоги урока, названы характерные ошибки и пути их устранения, отмечены самые старательные, внимательные учащиеся. Всем были выставлены оценки. Урок закончился вовремя. Организованный выход из зала. Считаю, что в целом урок достиг выше обозначенной цели. Задачи решены в полном объеме.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Этапы урока** | **Содержание урока** | **Дозировка** | | **Методические указания** | |
|  | Учащиеся строем в колонну по одному | |  | |  |
|  | под мелодию «Физкультурный марш» | |  | |  |
|  | входит в зал. | |  | |  |
|  | 1) Построение в шеренгу. | |  | |  |
|  | 2) Прием рапорта. | |  | |  |
|  | 3) Задачи урока.  4) Строевые упражнения: | |  | |  |
|  | - повороты на месте; | | 5-6 упр. | |  |
|  | - маршировка в движении. | |  | |  |
|  | 5) Бег: | |  | |  |
|  | - бег правым боком приставными | |  | |  |
|  | шагами | |  | |  |
|  | - бег левым боком приставными | |  | |  |
|  | шагами | |  | |  |
|  | - бег спиной вперёд | |  | |  |
|  | - бег с ускорением по диагонали | |  | |  |
|  | - бег без задания | |  | |  |
|  | 6) Упражнения на восстановления | |  | |  |
|  | дыхания. | | 5-6 упр. | |  |
|  | 7) Перестроение | |  | |  |
|  | 8) Общеразвивающие упражнения на | |  | |  |
|  | месте с полотенцами под | |  | |  |
|  | музыкальное сопровождение в | |  | |  |
|  | присутствие «Мойдодыра» | |  | |  |
|  | *1 И.п. - стойка ноги врозь, руки* | |  | |  |
|  | *вниз - в стороны, полотенце* | |  | |  |
|  | *натянуто; 1- руки вперед - вверх,* | |  | |  |
|  | *прогнуться, правую ногу на носок; 2* | |  | |  |
|  | *- и.п.; 3-4 - то же, но левую ногу* | |  | |  |
|  | *назад на носок.* | |  | |  |
|  | *2. И.п. - то же; 1 - руки вперед -* | |  | |  |
|  | *вверх, поворот туловища влево; 2 -* | |  | |  |
|  | *и.п.; 3-4 - то же, но поворот* | |  | |  |
|  | *туловища вправо.* | |  | |  |
|  | 5. *И.п. - стойка ног врозь, руки* | |  | |  |
|  | *вверх - в стороны; 1 - наклон* | |  | |  |
|  | *вперед; 2 - и.п.; 3 - наклон вправо; 4* | |  | |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | - и.п.., 5 - *наклон вперед: 6 - им.;* 7- |  | \*• ■\*\* |
|  | *наклон назад; 8 - им.* |  |  |
|  | 4. *И.п.* - *полотенце внизу - сзади; 1-* |  |  |
|  | *3 - три пружинящих наклона* |  |  |
|  | *вперед, полотенце назад: 4* - *им.* |  |  |
|  | 5. *И.п.. — о.с; руки вниз* - *в стороны,* |  |  |
|  | *полотенце натянуто; 1 - прыжком* |  |  |
|  | *ноги врозь, руки вперед; 2 -* |  |  |
|  | *прыжком в им.; 3 - прыжком ноги* |  |  |
|  | *врозь, руки вверх; 4 - прыжком в* |  |  |
|  | *и.п.* |  |  |
|  | 9) Упражнения на восстановление | 4-5 **упр.** |  |
|  | дыхания |  |  |
|  | *Ребята дают обещание Мойдодыру* |  |  |
|  | *и прощаются.* |  |  |
|  | «Наш великий умывальник, |  |  |
|  | Знаменитый Мойдодыр, |  |  |
|  | Чистые лица и тела |  |  |
|  | Нас с друзьями научил. |  |  |
|  | Вот теперь всем классом дружно |  |  |
|  | На поляну мы пойдем, |  |  |
|  | Ветки, сучья - все, что нужно, |  |  |
|  | Мы с поляны уберем» |  |  |
|  |  |  |  |
|  | Совершенствование лазания по |  | Попеременно |
|  | гимнастической стенке, |  |  |
|  | перемещение по гимнастической скамейке. |  | Лежа на животе е помощью рук подтягивая и перемещая туловище вперед |
|  |  |  |  |
|  | Учащиеся делятся на две бригады. У |  |  |
|  | каждой бригады есть свой бригадир. |  |  |
| Нашедшую поляну, очистили от |  |  |
|  | сломанных сучьев, высохших деревьев, |  |  |
|  | мусора. Вокруг стало чисто, но для |  |  |
|  | того, чтобы поляна показала свои |  |  |
|  | чудеса, надо измерить площадь поляны, |  |  |
|  | Вспахать, засеять и собрать урожай. |  |  |
|  | **«Землемеры»** |  |  |
|  | Каждая бригада получает |  | При каждом |
|  | гимнастическую палку. Бригадир |  | промере палку |
|  | находится на старте. По команде марш | 1 раз | кладут на пол. |
|  |  |  | Передача эстафеты |