**ПЛАН - КОНСПЕКТ УРОКА**

**по ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ в 4 КЛАССЕ**

Организационная информация

**Дата проведения:** 15.12.2014год

**Место проведения:** спортивный зал МБОУ «СОШ № 4»

**Раздел программы:**  подвижные игры

**Тема: «**Школа мяча»

Методическая информация

**Цель урока**: усвоение знаний о спортивных и подвижных играх с мячом и создание условий для развития двигательных навыков через выполнение упражнений с различными мячами.

**Задачи:**

**1. Образовательные:**

- дать представление о спортивных играх и упражнениях с использованием мяча;

- совершенствовать технику владения различными мячами в движении (ведение мяча в футболе, баскетболе, хоккее, прыжки на «Хопе» и с мячом).

**2. Оздоровительные:**

- укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств: быстроты, ловкости, координации движений в пространстве, скоростно-силовой выносливости.

**3. Воспитательные:**

**-** воспитывать чувство дружбы, взаимопонимания, взаимопомощи, умение работать в команде;

- прививать интерес к игре и занятиям физической культурой.

**Тип урока:** комбинированный.

**Формы урока**: фронтальная, групповая, поточная, круговая тренировка.

**Методы проведения**: словесный, наглядный, практический, игровой.

**Применение современных образовательных технологий**: **здоровьесберегающие, личностно-ориентированный подход и** обучение в сотрудничестве.

**Инвентарь:** волейбольный мяч – 4 шт., баскетбольный мяч – 3 шт., футбольный мяч – 3 шт., мяч от большого тенниса – 3 шт., мяч «Хоп» - 3 шт., хоккейная клюшка – 3 шт., гимнастическая скамейка - 4 шт., фишки – 10 шт., свисток.

Ход урока:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Часть урока | Содержание | Дозировка | Организационно-методические указания |
| **1** | **Подготовительная часть** | **10 мин.** |  |
|  | **а) Построение, сообщение задач урока.** Сегодня урок я хочу начать с загадки (приложение - № 1). На уроке мы будем много говорить о мяче и выполнять упражнения с разными мячами, будем развивать навыки техники владения с различными мячами, такие как ведение, передачи, ловля мяча, прыжки на мяче и с мячом, и другое.  **б) Разминка в движении**  Класс, направо! В обход по залу шагом марш! Руки на пояс, вверх ходьба на носочках, руки за голову ходьба на пятках, на внешней стороне стопы.  Обычная ходьба.  Ускоряем шаг, переходим на бег.  Медленный бег с поворотами вокруг своей оси.  Обычный бег с переходом на ходьбу с выполнением упражнений на восстановление дыхания.  **Специальные упражнения:**  - бег с подниманием бедра;  - бег с захлестыванием голени назад;  - приставной шаг;  - бег с прямыми ногами впереди;  - выпады, руки сзади;  - «каракатица» ногами вперед;  - подскоки с вращением рук вперед и назад;  - перекручивание рук за спиной. | 2 мин.  3 мин.  5 мин. | Построение, приветствие.  Спина прямая, следим за осанкой.  Следим за головой, спина прямая.  Во время бега не обгоняем, соблюдаем порядок движения, бег не скоростной, легкий в среднем темпе. По свистку вы должны остановиться, по следующему свистку продолжаем движение.  По свистку учащиеся выполняют поворот вокруг своей оси и продолжают бег в том же направлении  Следим за руками, ноги поднимаем выше  Руки держим на поясе.  Шаг выполняем шире, спина ровно.  На подскоках выпрыгиваем выше, руками вращаем в плечах.  Удерживаем руки на крест за спиной через левое плечо, а затем через правое –10 счетов. |
| **2** | **Основная часть** | **23 мин.** |  |
|  | **Задания в группах**  **а)** Перестроение (5 групп)  1. Станция « Хоккейная»    2. Станция «Кенгуру»      3. Станция «Баскетбольная»    4. Станция «Прыгуны»      5. Станция «Футбольная»  **б) Перестроение на проведение сюжетной эстафеты:**  (комплектование команд – на выбор учащихся)  - 1ученик: ведение теннисного мячика хоккейной клюшкой «змейкой» с обводкой фишек;  - 2 ученик: ведение баскетбольного мяча «змейкой» с обводкой фишек;  - 3 ученик: прыжки на двух ногах с волейбольным мячом, зажатым между ног;  - 4 ученик: ведение футбольного мяча «змейкой» с обводкой фишек;  - 5 ученик: прыжки на «Хопе» (большом мяче).  **в) Построение:**  **-** подведение итогов эстафеты;  **-** обсуждение спортивных и подвижных игр;  **- игра «Салки с мячом»** | 15 мин.  5 мин.  3 мин | - 1задание: ведение теннисного мячика хоккейной клюшкой «змейкой» с обводкой фишек;    - 2 задание: прыжки на двух ногах с волейбольным мячом, зажатым между ног;    - 3 задание: ведение баскетбольного мяча «змейкой» с обводкой фишек;  - 4 задание: прыжки на «Хопе» (большом мяче);  - 5 задание: ведение футбольного мяча «змейкой» с обводкой фишек.  Все задание выполняем туда и обратно, внимательно передаем все мячи и предметы, на передаче команде можно помогать друг другу.  Играть внимательно, мяч бросать нельзя. |
| **3** | **Заключительная часть** | **7 мин.** |  |
|  | **а) Построение**  Ходьба с выполнением упражнений на восстановление дыхания.  **б) Игра «Запрещенное движение»**  **в)** Ребята, вам было дано домашнее задание: найти стихи и загадки о мяче и играх с мячом.  Кто готов?  **Или отгадайте загадки:**  (приложение)  **г) Подведение итогов:**  - Что было самым интересным для вас?  - Кто почувствовал ситуацию успеха:  «У меня получилось!»  - Что было самым трудным?  - Над чем ещё необходимо поработать?  Учитель оценивает учеников.  **в) Домашнее задание:**  До свидания! Направо! В класс шагом. | 2 мин.  2 мин.  3 мин. | Опрос учащихся  Выставление оценок.  Найти, подобрать новые упражнения и игры с мячом.  Желаю вам крепкого здоровья, и научиться выполнять различные упражнения с мячом. |

Приложение

**Стих-загадка № 1**

**ВСТУПЛЕНИЕ**

Люди бьют его руками,

Головою и ногами,

Клюшкой по траве катают,

В сетку и кольцо кидают,

Вверх взлетает птицей вольной

И ему совсем не больно.

В лоб ударит, ты не плачь.

Называется он …

**(мяч)**

**Стих № 2**

Много разных игр с мячом,

Не со всеми я знаком.

Людям мяч давно известен,

Разным был он в каждом месте:

Из травы, из тряпок, глины,

Деревянным он бывал.

С появлением резины,

Он прыгучим лёгким стал.

Ах, мячи, мячи, мячи!

Вы прыгучи, горячи!

Создаёте настроенье,

с вами радостно общенье.

**ЗАГАДКИ**

***1. «Бросают мячик через сетку, забить стараются все гол.  
И ловким нужно быть и метким, в игре с названьем…» (*волейбол)**

***2.«Мяча введенье, передача, противников игрок всех обошел,   
И мяч в корзине – вот удача, название игре той…»* (баскетбол)**

***3.«Быстрее ветра игрок несётся, и мяч в воротах, значит - гол!  
И знает каждый, что зовётся игра спортивная…»* (футбол)**

***4.«Без ног, а бегает».***

***5.«Без рук, без ног на печку скок, маленький, пузатенький все поле обскакал».***

***6.«Упадет – поскачет, ударишь – не плачет».***

***7.«Он упрямый и пузатый, больно бьют его ребята, отчего беднягу бьют? Оттого, что он надут».***

***8.«Его бьют, а он не плачет, быстрее еще скачет».***

***9.«Очень любят молодца, а бьют, колотят без конца».* (мяч)**

***СТАНЦИЯ***

***«ХОККЕЙНАЯ»***

***СТАНЦИЯ***

***«ХОККЕЙНАЯ»***

***СТАНЦИЯ***

***«ФУТБОЛЬНАЯ»***

***СТАНЦИЯ***

***БАСКЕТБОЛЬНАЯ***

***СТАНЦИЯ***

***«ПРЫГУНЫ»***

***СТАНЦИЯ***

***«КЕНГУРУ»***

**Самоанализ урока физическая культура**

|  |  |
| --- | --- |
| Ф И О педагога | Зотова Марина Георгиевна |
| Должность | учитель физической культуры |
| Место работы | МБОУ «СОШ № 4» |
| Класс | 4 |
| Тема урока | «Школа мяча» |
| Тип урока | Комбинированный |
| Структура урока | 1. Самоопределение к деятельности – 2 мин. 2. Подготовительная часть: разминка – 8 мин 3. Основная часть: работа в группах на освоение заданий, соревновательная и игровая деятельность – 23 мин. 4. Рефлексия деятельности – 5 мин. 5. Подведение итогов и домашнее задание – 2 мин. |
| 1. Место урока | Урок входит в раздел «Подвижные игры» (урок 17). Данная тема позволяет обучающимся понять значение двигательной активности на развитие координационных и кондиционных способностей посредством выполнения заданий с мячами. |
| 1. Кратная характеристика класса | Класс работоспособный, активен в деятельности, готов преодолевать трудности и самостоятельно добывать новые знания, умения, навыки и совершенствоваться физически. Обучающиеся класса физически развиты:  -высокий уровень физической подготовленности –  9 человек;  -средний уровень физической подготовленности –  7 человек. |
| 1. Цель урока | Усвоение знаний о спортивных и подвижных играх с мячом и создание условий для развития двигательных навыков через выполнение упражнений с различными мячами. |
| 1. Задачи урока | **1. Образовательные:**  - дать представление о спортивных играх и упражнениях с использованием мяча;  - совершенствовать технику владения различными мячами в движении (ведение мяча в футболе, баскетболе, хоккее, прыжки на «Хопе» и с мячом).  **2. Оздоровительные:**  - укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств: быстроты, ловкости, координации движений в пространстве, скоростно-силовой выносливости.  **3. Воспитательные:**  -воспитывать чувство дружбы, взаимопонимания, взаимопомощи, умение работать в команде;  - прививать интерес к игре и занятиям физической культурой. |
| 1. Формирование УУД | *Познавательные:*  - обучающиеся научатся выполнять учебное задание в соответствии с целью и строить грамотные высказывания;  - получат возможность развивать физические качества, выполнять физические упражнения и применять их в игровых действиях.  *Коммуникативные:*  - обучающиеся научатся формулировать и применять собственную позицию при работе в группе и команде;  - получат возможность учиться сотрудничать с одноклассниками при работе в группе и команде с целью решения поставленных задач.  *Регулятивные:*  - обучающиеся научатся формулировать тему урока, цели и задачи;  - получат возможность планировать свои действия.  *Личностные:*  *-* обучающиеся научатся адекватно оценивать свою деятельность;  - получат возможность научиться понимать смысл учебной деятельности и ответственности за конечный результат;  - получат возможность ценить и укреплять свое здоровье. |
| 1. Формы работы | Фронтальная работа, индивидуальная работа, групповая, поточная и круговая тренировка. |
| 1. Методы работы | Словесный, наглядный, практический, игровой. |
| 1. Рациональность использования времени | Время на каждый этап отведено рационально, все этапы взаимосвязаны. |
| 1. Коррекция знаний | Коррекция знаний осуществлялась самоконтролем, взаимоконтролем и контролем учителя. |
| 1. Объем, содержание материала | Объем, содержание материала, домашнее задание было определено правильно. Подбор упражнений и заданий с мячами соответствовали целям и задачам урока. |
| 1. Психологическая атмосфера | Психологическая атмосфера была спокойной, рабочей, дружеской. Обучающиеся в группах и командах помогали друг другу. |
| 1. Результаты урока | Поставленные задачи на уроке были реализованы, цель урока достигнута. |