**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 направленииСледим за руками, ноги поднимаем вышеРуки 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 учащихсяВыставление 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. |