**Урок физической культуры 4 класс (УМК Школа России)**

|  |  |
| --- | --- |
|  | |
| **Тема** | **Гимнастика.** |
| **Педагогическая цель** | *Образовательная:* обучение технике кувырка вперед и назад.  *Воспитательная:* воспитывать чувство коллективизма, положительное отношение к физической культуре.  *Оздоровительная :*развивать силу мышц верхнего плечевого пояса и мышц ног. |
| **Тип урока** | Изучение нового материала. |
| **Планируемые результаты (предметные)** | Научатся выполнять кувырки вперёд и назад. |
| **Личностные результаты** | *Личностные:* активно включаться во взаимодействие со сверстниками; проявлять положительные качества личности; проявлять дисциплинированность, трудолюбие в достижении поставленных задач. |
| **Универсальные учебные действия (метапредметные)** | *Регулятивные:* анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда; планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе его выполнения.  *Познавательные:* обучиться технике кувырка вперед и назад  *Коммуникативные:* уметь активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей. |
| **Образовательные ресурсы** | Гимнастические маты, свисток. |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Этапы урока, цели урока** | **Методы, приемы и формы работы; методические указания.** | **Содержание взаимодействия с учащимися** | **Деятельность учителя** | **Деятельность учащихся** | **Формируемые УУД** |
| **I.Подготовительная часть.**  *Цель: подготовить организм учащихся к работе на основной части урока.* | Словесный,  Наглядный  Фронтальный  1.Построение и приветствие. | -«Становись» «Равняйсь» «Смирно»  - «Здравствуйте» сегодня урок физ. культуры проведу я - Екатерина Владимировна. | -приветствует учащихся. | Приветствуют учителя. | ***Регулятивные:*** контролируют свои действия. |
| 3. Сообщение задач урока.  Четко, доступно сообщать задачи. | -Сегодня, мы с вами на уроке изучим Комбинацию из основных элементов :2 кувырка вперед, 1 кувырок назад. | -сообщает цель учебного занятия; -даёт уч-ся указания к работе. | принимают цель учебного занятия; -слушают и выполняют указания учителя | ***Регулятивные:*** под руководством учителя формулируют учебную задачу; контролируют  и корректируют свою деятельность; |
| 4.Разновидности ходьбы.  Четко выполняют указания учителя.  Только на носках.  Только на пятках.  Следить за осанкой. | -«Напра – во: раз – два!»  «Налево в обход по залу шагом – марш!»  -Руки на пояс: «Ставь!»  - На носках «марш!»  -обычным шагом «марш!»  - руки за голову ставь!»  -на пятках «марш!»  - обычным шагом «марш!»  - В полу присяди «марш!»  - обычным шагом «марш!»  -лёгким бегом «марш!»  - Бег с подскоком «марш!»  -обычным бегом «марш!»  -приставным шагом правым боком«марш!» | дает учащимся указания к работе. | -слушают и выполняют указания учителя. | *Коммуникмтивные:*  Учиться работать в группе; выполнять различные роли |
| 5.Разновидности бега.  Четко выполняют указания учителя правым боком, левым боком. | -лёгким бегом «марш!»  - Бег с подскоком «марш!»  -обычным бегом «марш!»  -приставным шагом правым боком«марш!»  -обычным бегом «марш!»  -приставным шагом левым боком «марш!»  -обычным бегом «марш!»  -шагом марш! Ре-же! | дает учащимся указания к работе. | -слушают и выполняют указания учителя. | ***Личностные:*** принимают  и осваивают социальную роль обучающегося; приобретают мотивацию к учебной деятельности |
| 6.Упражнения на восстановление дыхания. | 1-2 руки через стороны вверх – вдох.  3-4 руки через стороны вниз – выдох.  Направляющий на месте левой, левой раз, два, три, «стой!» раз, два. На лево. | дает учащимся указания к работе. Работает над восстановлением дыхания у учащихся. | -слушают и выполняют указания учителя. | ***Коммуникативные:***  Выполняют указания учителя, при этом не создают конфликтных ситуаций. |
| 7.Комплекс ОРУ без предметов  Глаза не закрывать.  Делать по счёт учителя.  Руки ровные, не сгибать в локтях.  Подниматься на носки.  Выполнять под счёт учителя.  Глубже выполнять наклон.  Ноги не сгибать.  Руками коснуться пола.  Следить за осанкой.  Подпрыгивать выше. | На 1-2 рассчитайсь, первые номера на месте, вторые-два шага вперед- шагом «марш!»  1) И.п.: ноги на ширине плеч, руки на пояс.  1- наклон головы к правому плечу.  2- к левому.  3- вперед, подбородком прижимаясь к груди.  4- и.п.  И.п. принять!  Упр. вперед начи-най.  Упр. закончили.  2) И.п – руки на поясе 1 -руки в стороны  2 -руки вверх, подняться на носки. 3 – руки в стороны 4 – И.п.  И.п. принять.  Упр. в стороны начи-най.  Упр. закончили.  3) И.п.: ноги на ширине плеч, правая рука вверх, левая на пояс.  1-2-наклон влево.  3-4-наклон вправо.  И.п. принять.  Упр. в сторону начи-най.  Упр. закончили.  4) И.п.- руки на поясе ,ноги на ширине плеч.  1-наклон к правой  2-наклон  3-наклон к левой  4-И.п.  И.п. принять.  Упр.к правой начи-най.  Упр. закончили.  5) И.п –о.с. 1- присесть, руки вперед  2 – и.п 3 –присесть, руки вперед 4- и.п.  И.п. принять.  Упр. влево начи-най.  Упр. закончили.  6) Прыжки:10 на левой ноге,10 на правой ноге,15 на двух ногах.  Упр. справой начи-най.  Упр. закончили.  -Вторые номера «кругом!»На свои места шагом «марш!»Кругом» | Личный показ учителя ОРУ.  -следит за правильность выполнения упражнений. | -выполняют комплекс ОРУ под руководством учителя.  -выполняют наклоны под счет учителя.  -выполняют -прыжки. | ***Регулятивные:*** прогнозируют результат; способны к мобилизации волевых усилий. |
| **II.Основная часть**  *Цель: обучение технике кувырка вперед и назад.* | словесный, наглядный, практический,  групповой.  1.Рассказ техники выполнения. | *Группировка сидя.*  И.п. – упор присев. Слегка развести ступни и голени, согнуть ноги, руками обхватить голени, подтянуть колени к груди, голову наклонить вперед(между коленями).  -Перекаты назад, вправо, влево.  *Группировка лежа.*  И.п. – лежа на спине, руки на полу вдоль тела. Согнуть ноги, обхватив их руками за голени, подтянуть колени к груди, голову наклонить (между коленями).  -Перекаты в группировке лёжа (вперёд, назад, вправо, влево)  Из упора присев поставить руки ладонями на мат вперед на 50 см.Передавая тяжесть тела на руки, согнуть их ,одновременно выпрямляя ноги. Подбородок прижать к груди. Коснуться затылком мата, удерживая массу тела на согнутых руках. Переворачиваясь через голову ,нужно мягко коснуться мата шеей, а затем лопатками .В момент касания мата лопатками быстро принять положение группировки и выполнить перекат вперед .  -Кувырок вперёд и назад выполнять самостоятельно. | Рассказывает о технике выполнения кувырка вперед и назад.  Рассказ сопровождается наглядным показом учителя. | Слушают учителя.  Осваивают технику кувырка вперед и назад.  -выполняют кувырки вперед и назад. | ***Коммуникмтивные:***  Учиться работать в группе; выполнять различные роли |
| 2.Объяснение правил игры. | **-**Поиграем в игру. Разделитесь на 2 команды. Задача каждой команды попасть на территорию противника так чтобы его не заморозили и перенести мяч к себе на территорию, это считается гол. Выигрывает та команда, которая забьёт больше голов. | Учитель доступно объясняет правила игры. | Слушают учителя;  -делятся на 2 команды;  -играют. | ***Коммуникативные:*** знают правила сотрудничества, управляют поведением партнера, уважают в общении как партнера, так и себя. |
| **III.Заключительная часть**  ***Цель:*** *добиться внимания. Организовать класс для окончания работы.* | Словесный, наглядный, практический  Г  1.Игра на внимание. | Класс – «становись!»  - «равняйсь!»  -«смирно!»  -Я вам показываю движения под номерами, а вы повторяете только то движение, которое соответствует данной цифре.  -На 1-это руки вверх.  2-руки вперед.  3-руки за голову.  4-руки на поясницу.  -Кто ошибся делает шаг вперёд, проверим вашу внимательность. | -строит класс для игры и подведения итогов  -добивается внимания. | строятся для игры и подведения итогов | *Регулятивные:* контролируют свои действия, соотнося их с действиями учителя и одноклассников, оценивают результат своей деятельности. |
| 2.Подведение итогов. | - На уроке все хорошо работали.  - Спасибо за урок! До свидания! | Учитель подводит итоги урока совместно с учащимися, учитель оценивает работу учащихся на уроке. | Ученики совместно с учителем подводят итоги урока, оценивают собственные успехи и не успехи. | *Познавательные:*  делать выводы о результате совместной работы класса и учителя |