

Конспект урока по физической культуре в 4м классе, 1 четверть, «4» октября 2022г.

Конспект составлял: Курбанова Ольга

Методист: Добрынина Наталья Александровна

Учитель: Николаец Игорь Николаевич

Тема урока: «Подвижные игры»

Цель урока: развитие физических качеств учащихся на основе подвижных игр, овладение способами оздоровления и укрепления организма учащихся посредством занятий подвижными играми.

Планируемые результаты

Предметные:

- Знать технику безопасности во время подвижных игр;
- Знать правила некоторых подвижных игр;
- Уметь играть в командные подвижные игры;
- Уметь правильно выполнять технику безопасности на уроке во время подвижных игр.
- **Личностные:**
- Проявлять дисциплинированность при организационном входе и выходе в спортзал, проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленной цели.
- Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык при выполнении ОРУ, подводящих упражнений.

Тип урока: образовательно-обучающий

Место проведения: спортзал, МАОУ СОШ №104

Инвентарь и оборудование: свисток, мяч

Продолжительность урока: 40 мин

Ход урока

№ п\п	Содержание урока	Корректиров ка содержания	Дозиров ка	Организационно-методические указания	Формируемые УУД
Подготовительная часть урока (12 мин)					
1.	Построение. Приветствие.		4 мин	<p>Проверить готовность обучающихся к уроку (наличие спортивной формы и обуви; выявление больных и отсутствующих). Учитель приветствует класс, подает команды: «Равняйсь!» «Смирно!» - Меня зовут Ольга Александровна и сегодня урок физической культуры проведу у вас я. Тема сегодняшнего нашего занятия "Подвижные игры". - Как вы думаете, какие качества мы развиваем во время игр? (ловкость, скорость, внимание и т.д) «Нале-во!».» «Шагом марш!»</p>	<p>ПУУД: формулирование целей урока (обучающиеся узнают, чем мы будем заниматься на уроке) выделение необходимой информации ЛУУД: Смыслообразование (обучающиеся осознают, чем сегодня будут заниматься на уроке и чему должны обучиться)</p>
2.	<p>Упражнения на осанку:</p> <ul style="list-style-type: none"> - на носках, руки вверх, ладони смотрят внутрь; - на пятках, руки в стороны, ладони смотрят вниз; - на внешней стороне стопы, руки в стороны; - перекаты с пятки на носок, руки на пояс; <p>Бег</p> <p>Упражнение на</p>		<p>0,5 круга</p> <p>0,5 круга</p> <p>0,5 круга</p> <p>0,5 круга</p>	<p>«На носках марш!». Взгляд вперед, спина прямая. «На пятках марш!». Спина прямая, темп медленный. «На внешней стороне стопы марш!». Взгляд вперед, спину держать ровно. «Перекаты марш!». Темп средний, спина прямая.</p> <p>«Бегом - марш!» Темп медленный. Дистанция 2 – 3 шага. На 1 - 2 руки через стороны вверх - вдох (через нос);</p>	<p>ЛУУД: Смыслообразование (получение необходимых знаний, умений) РУУД: Соотнесение известного и неизвестного (Осуществляют контроль своих действий, ориентируясь на показ движений учителем.) ПУУД: Выделение необходимой информации (обучающиеся выделяют наиболее важную информацию по выполнению техники упражнений).</p>

	восстановление дыхания в ходьбе. Перестроение		1 мин 1 мин 1 мин	на 3 - 4 руки через стороны вниз - выдох (через рот); «Направляющий, на месте!» «Стой раз – два!» «Налево - раз – два!» «На 1, 2, 3 рассчитайсь!» «По расчету шагом марш!» «Влево от направляющего приставными шагами на вытянутые руки – разомкнись!»	
3.	ОРУ		7 мин		ЛУУД: Смыслообразование (получение необходимых знаний, умений) РУУД: Соотнесение известного и неизвестного (Осуществляют контроль своих действий, ориентируясь на показ движений учителем.) ПУУД: Выделение необходимой информации (обучающиеся выделяют наиболее важную информацию по выполнению техники упражнений);
3.1	Повороты головы: И.п. – широкая стойка, руки на пояс. 1 – вправо; 2 – И.п.; 3 – влево; 4 – И.п.		6 раз	«Исходное положение принять! Упражнение влево начинай!», «Стой!». Темп медленный. Спина прямая.	
3.2	Вращения в плечевом суставе: И.п. – стойка ноги врозь, руки к плечам. 1 – 4 – вперед; 1 – 4 – назад.		6 раз	«Исходное положение принять! Упражнение вперед начинай!», «Стой!». Спина прямая. Амплитуда движений полная.	
3.3	Рывки руками. И.п. – стойка ноги врозь, правая вверх, левая вниз.		6 раз	«Исходное положение принять! Упражнение вперед начинай!», «Стой!». Спина прямая. Амплитуда движений полная.	

	1-2 - рывки правая вверх, левая вниз. 3-4 – тоже левая вверх, правая вниз				
3.4	Вращение в локтевом суставе И.п. – стойка ноги врозь, руки перед собой. 1 – 4 – вперед; 1 – 4 – назад.		6 раз	«Исходное положение принять! Упражнение вперед начинай!», «Стой!». Темп средний.	
3.5	Повороты туловища И.п. – стойка ноги врозь, руки перед грудью. 1 – поворот вправо; 2 – И.п.; 3 – поворот влево; 4 – И.п.		6 раз	«Исходное положение принять! Упражнение вправо сторону начинай!», «Стой!». Темп средний.	
3.6	Круговые вращения тазом: И.п. – широкая стойка, руки на пояс. 1 – 4 – в левую; 1 – 4 – в правую		6 раз	«Исходное положение принять! Упражнение влево начинай!», «Стой!». Ноги в коленях не сгибать. Темп средний.	
3.7	Вращение голеностопного сустава: И.п. – стойка ноги врозь. 1 – 4 - вправо; 4 – 8 – влево.		10 раз	«Исходное положение принять! Упражнение начинай!», «Стой!». Взгляд вперед. Дыхание спокойное. Темп средний.	
4.	Перестроение		30 сек	«На свои места шагом - марш!»	
Основная часть урока (20 мин)					
5.	Обучение правилам некоторых подвижных игр с элементами спортивных игр.		5 мин		ЛУУД: Смыслообразование (дети осознают технику выполнения упражнений) РУУД: Оценка выполненных действий (оценивать правильность выполняемых действий) ПУУД: Выделение необходимой информации (понимание как

					выполнять упражнений);
5.1	Игра «Пустое место».		5 минут	<p>Цель игры : развить ловкость ,координацию движений, быстроту реакций.</p> <p>Выбирается один водящий. Играющие, за исключением водящего, становятся в круг на расстоянии не более полушага один от другого, руки за спиной. Водящий становится за кругом.</p> <p><i>Описание игры:</i></p> <p>Игра начинается по указанию учителя. Водящий бежит по кругу, дотрагивается до кого-либо из играющих и после этого продолжает бежать в ту или другую сторону .</p> <p>Игрок ,которого он коснулся, бежит в обратную сторону ,стремясь быстрее водящего прибежать на свое место.</p>	<p>ЛУУД: Смыслообразование (дети осознают технику выполнения упражнений) РУУД: Оценка выполненных действий (оценивать правильность выполняемых действий)</p> <p>ПУУД: Выделение необходимой информации (понимание как выполнять упражнений);</p>
5.2.	«Волк во рву»		5 минут	<p>Посередине площадки проводятся две параллельные линии шириной около метра. «Ров» можно выложить скалками. Выбираются один или два «волка». Они становятся во рву. Все остальные играющие – «козы» размещаются на одной стороне площадки, на «пастбище».</p> <p>По сигналу «козы» перебегают на другую сторону, перепрыгивая через ров. «Волки». Не выходя из рва, стараются осалить возможно большее количество «коз».</p>	

				Подсчитываются осаленные «козы», и игра продолжается. «Волки» меняются после 2-3 перебежек.	
5.3.	«Гонка мячей по кругу»		5 минут	Играющие встают в большой круг и рассчитываются на первый-второй. Первые номера - одна команда, вторые - другая. Два рядом стоящие игрока - капитаны. У каждого капитана в руках мяч. После сигнала руководителя мячи передаются по кругу в разные стороны, через одного игрокам своей команды. Каждая команда стремится передать мяч как можно быстрее, чтобы он скорее вернулся капитану. Другой вариант игры - мячи находятся в противоположных сторонах круга и передаются в одну сторону. Задача каждой команды передавать мяч как можно быстрее, чтобы один мяч догнал другой.	ЛУУД: Смыслообразование (дети осознают технику выполнения упражнений) РУУД: Оценка выполненных действий (оценивать правильность выполняемых действий) ПУУД: Выделение необходимой информации (понимание как выполнять упражнения)
5.4	"Перестрелка"		5 минут	<u>Подготовка.</u> Игру можно проводить на волейбольной площадке. В этом случае имеются средняя или лицевые границы площадки. Отступив на 1-1,5 м от лицевой линии внутрь зала, проводят параллельно ей другую линию, чтобы образовался коридор ("плен"). Дополнительная линия проводится и на другой стороне. <u>Содержание игры.</u> Играющие делятся на две равные команды, каждая из которых произвольно располагается в своём городе на одной половине площадки (от средней линии до коридора). В ходе игры нельзя заходить на половину противника. Руководитель подбрасывает волейбольный мяч в центре, между капитанами, и те стараются отбить его своим игрокам. Задача каждой команды - получив мяч, попасть им в противника, не заходя за среднюю черту.	ЛУУД: Смыслообразование (дети осознают технику выполнения упражнений) РУУД: Оценка выполненных действий (оценивать правильность выполняемых действий) ПУУД: Выделение необходимой информации (понимание как выполнять упражнения)

				<p>Противник увёртывается от мяча и, в свою очередь, пытается осалить мячом игрока противоположной команды. Осаленные мячом идут за линию плена на противоположную сторону (в коридор). Пленный находится там до тех пор, пока его не выручат свои игроки (перебросив мяч без касания стены или земли). Поймав мяч, пленный перебрасывает его в свою команду, а сам перебегают из коридора на свою половину поля.</p> <p>Побеждает команда, у которой после 10-15 мин игры в зоне пленных окажется больше выбитых игроков. Игра заканчивается досрочно, если все игроки одной из команд оказались в плену.</p> <p><u>Правила игры:</u> 1. Салить мячом можно в любую часть туловища, кроме головы. 2. Ловить мяч рукам можно, но если игрок выронил мяч, то не считается осаленным и идёт в плен. 3. Не разрешается бегать с мячом в руках по площадке, но можно вести его. 4. Мяч, вышедший за границы площадки, отдаётся команде, из-за линии которой он выкатился. 5. За допущенные нарушения мяч передаётся противнику.</p>	
Заключительная часть урока (5 мин)					
6	Перестроение		1 мин	Учитель дает команду: «В общий строй становись!»	РУУД: планирование (дальнейшие действия)
7	Игра на внимание		5 мин	<p>«В одну шеренгу становись!».</p> <p>- А сейчас мы с Вами поиграем в игру на внимание. Иногда я буду вас путать. Слушайте, что я говорю, а не показываю.</p> <p>Зеленый — шагаем Красный — стоим Желтый — приседаем</p> <p>- Итак, ребята, сегодня мы увидели какие вы</p>	

				все ловкие, быстрые и внимательные.	
8	Подведение итогов		1 мин	«Как вы себя чувствуете?» «Какая тема нашего урока?» «Спасибо за урок!» «Налево!» «За учителем шагом марш!»	РУУД: оценка ПУУД: рефлексия, анализ
9	Организационный заход в раздевалку		1 мин	«Класс, спасибо за урок!» Учитель дает команды: «В обход налево шагом марш!»	