

План конспект открытого урока по физической культуре в 4 классе.

Тема: Способы передвижения человека. Ознакомление учеников с другими видами физических нагрузок.

ТИП УРОКА: Комбинированный

ЗАДАЧИ УРОКА:

1. Образовательные (предметные результаты):

- - Формировать двигательные умения и навыки, обогащать свой двигательный опыт;
- -Обучать детей коллективной работе, умению видеть и понимать партнеров и соперников;
- -Воспитывать культуру эмоционального поведения в спортивно-игровой деятельности.
- - Укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей

2. Развивающие (метапредметные результаты):

- Формирование мотивации к двигательной активности и способности к самоорганизации в деятельности, развитие двигательных качеств.

Улучшение функции внешнего дыхания и увеличение его резервов, улучшение лимфо и кровообращения в легких. Улучшение адаптации к физической нагрузке.

Развитие памяти, наблюдательности, внимания. Развитие познавательной и творческой активности.

- Развитие памяти, мышления, а также физических качеств (ловкости, быстроты, выносливости);

- Способствовать активизации познавательной деятельности.

ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ:

Восстановление нормального механизма дыхательного акта.

Применение очищающего дыхания для снятия усталости.

3. Воспитательные (личностные результаты):

- Сформировать позитивные отношения к своему здоровью, к здоровью окружающих;

- Воспитание организованности, внимательности, чувства коллективизма и культуры поведения;

- Формировать навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций (нравственно-этическая ориентация);

- Формировать чувство патриотизма – твоё здоровье это здоровье нации.

Цель урока:

- Развивать интерес детей к физической культуре на основе познания нового;
- -Пропаганда здорового образа жизни среди учащихся;
- - Информатизация учащихся по сохранению и укреплению здоровья;
- - Показать преимущества здорового образа жизни, вызвать у детей желание заниматься спортом и развитием физических качеств.

- -Воспитание дисциплинированности, трудолюбия.

Метод проведения: фронтальный, поточный, групповой, индивидуальный.

Место проведения: спортивный зал.

Оборудование и инвентарь: свисток

Урок провел: учитель ФК Паценко А.В.

ХОД УРОКА:

Вводно- подготовительная часть

1.1 Организационный момент

Цель: Организовать учащихся, овладеть их вниманием

Задачи: -Организация учащихся

-Ознакомить с техникой безопасности на уроке.

Методы: словесные: указания, команды распоряжения

Деятельность учителя	Деятельность учащихся	Дозировка	Организационно-методические указания	Универсальные учебные действия
Организует построение	По звонку быстро и организованно строятся в шеренгу по одному	30 сек.	Сообщить тему урока, обратить внимание на внешний вид, форму, спортивную обувь.	Личностные УУД: Формирование учебно - познавательного интереса к материалу урока и решению новых задач Познавательные УУД : Планировать пути достижения цели,
Организует сдачу рапорта, контролирует правильность выполнения команд	Физорг класса сдаёт рапорт, учащиеся выполняют команды «равняйсь», «смирно», «по порядку рассчитайсь».	1 мин.	Пятки вместе, носки врозь, плечи расправить, грудь подать вперёд, руки прижать к туловищу, кисти рук сжать в кулак.	

		25 сек.		ставить познавательные задачи.
Приветствует учащихся Знакомит с техникой безопасности	Дружно приветствуют учителя	5 сек.		Коммуникативные УУД : Деятельность направлена на продуктивное взаимодействие при проведении урока (как со сверстниками при работе, так и с учителем)
1.2 Разминка				
<p>Цель: Подготовить организм к основной части урока</p> <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Организовать постепенное включение в работу органов и систем, общее разогревание опорно - двигательного аппарата - Использовать упражнения, способствующие подготовке организма учащихся к предстоящей работе в основной части урока <p>Методы: - Словесный (команды, указания, объяснения), Практический (показ).</p> <p>Продолжительность: 2 мин.</p> <p style="text-align: center;">Комплекс ОРУ</p>				
Контролирует деятельность учащихся	Физорг- демонстрирует правильность выполнения ОРУ на месте.	3 мин.		<u>Личностные УУД:</u> Установить роль Режим дня и Утренней зарядки в формировании здорового образа жизни.
	1. И.П.- стойка, руки согнуты в локтевых суставах. 1-4 – круговые движения кистей внутрь; 5-8 – круговые движения кистей наружу.	4-5 раз.	Спина прямая	<u>Познавательные УУД:</u> Строим речевое проговаривание общеразвивающих упражнений за учителем при проведении « Утренней

	2. И.П.- стойка, руки вниз сжаты в кулак. 1-4 – круговые движения рук вперед; 5-8 – круговые движения рук назад	4-5 раз.	Руки прямые	зарядки» <u>Коммуникативные УУД:</u> Адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих. Владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, следить за безопасностью друг друга во время проведения « Утренней зарядки».
	3. И.П.- стойка руки на пояс. 1-4 – круговые движения головой вправо; 5-8 – круговые движения головой влево.	4-5 раз.	Наклон делать как можно ниже, ноги в коленях не сгибать	<u>Регулятивные УУД</u> - Определить последовательность и приоритет разминки мышечных групп
	4. И.П. – стойка, руки на пояс. 1- наклон туловища вперед, руками коснуться пола; 2- И.П. 3- наклон туловища назад, руки на поясе; 4- И.П.	4-5 раз.	Ноги в коленях не сгибать	
	5. И.П. – стойка, руки на пояс. 1- поворот туловища вправо; 2- И.П. 3- поворот туловища влево; 4- И.П.	4-5 раз.		
Контролирует деятельность учащихся	3. Равномерный бег с ускорением. Бег с заданием:	4 мин.	В соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями обучающихся.	<u>Личностные УУД:</u> Установить роль бега при подготовке организма к занятию

	- бег с захлестом голени;	15м.	Захлёт чаще	<p><u>Познавательные УУД:</u> Произвольно строим речевое проговаривание вариантов бега за учителем при проведении беговой разминки</p> <p><u>Коммуникативные УУД:</u> Владеть способами взаимодействия с окружающими, следить за безопасностью друг друга во время разновидностей ходьбы и бега.</p> <p><u>Регулятивные УУД</u> - Определить последовательность и приоритет разминки мышечных групп</p> <p><u>Здоровьесберегающие</u> - уметь использовать двигательный опыт ранее пройденных двигательных действий.</p>
	- бег с высоким подниманием бедра;	15м.	Бедро выше	
	-бег прыжками (через лужи)	15м.	Шаг дальше, толчок выше	
	- бег приставным шагом правым, левым боком;	15м.	Шаг короче, толчок выше	
	-бег с прямыми ногами вперед-назад;	15м.		
	- бег с ускорением;	15м.		
Даёт команду: «Стой»	Останавливаются в колонне по одному			

2. Основная часть

Цель: Развитие двигательных качеств, улучшение деятельности опорно- двигательного аппарата, систем организма

Задачи: Повысить качество двигательных действий и динамику индивидуальных достижений учащихся

Методы: Соревновательный, словесный (распоряжения, команды, указания)

Продолжительность: 16 мин

Контролирует деятельность учащихся	Круговая тренировка. Упражнение на пресс. Отжимания от пола. Приседания.	4 мин 10 10 15	Следить за правильностью выполняемых упражнений. После каждого круга, отдых 30-50сек.	
Контролирует деятельность учащихся	Останавливаются в колонне по одному. Физорг перестраивает класс в 3 шеренги.		Восстановить дыхание после двигательной активности .	
Контролирует деятельность учащихся, выполняя вместе с ними.	Дыхательные комплексы.	5 мин.	Следить за осанкой, за правильной техникой выполнения упражнений-комплексов.	<p><u>Познавательные УУД:</u> Создать элементарные представления об основных понятиях и составляющих здорового образа жизни.</p> <p><u>Личностные УУД:</u> Формировать самостоятельность и личную ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни.</p> <p><u>Регулятивные УУД:</u> Умение технически правильно выполнять двигательные действия.</p> <p><u>Коммуникативные УУД:</u> Адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.</p> <p><u>Здоровьесберегающие компетенции:</u> Восстановление нормального механизма дыхательного акта. Применение очищающего</p>
Контролирует деятельность учащихся	Физорг демонстрирует правильность выполнения на месте. Растяжки.	5 мин.		

				дыхания для снятия усталости.
3. Заключительная часть				
<p>Цель: Приведение организма в оптимальное состояние</p> <p>Задача: Снижение деятельности систем организма до нормы</p> <p>Создание установки на предстоящую учебную деятельность</p> <p>Задание на дом</p> <p>Методы: Словесный</p>				
<p>1. Построение, подведение итогов урока.</p> <p>2. Выставление отметок</p>	<p>По команде учителя все участники строятся в одну шеренгу.</p>	<p>2 мин.</p>	<p>Выставление отметок. Сообщение домашнего задания.</p>	<p><u>Познавательные УУД:</u></p> <p>Общеучебные - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.</p> <p><u>Личностные УУД:</u></p> <p>Определить собственные ощущения при освоении учебной задачи на уроке. Осознать нужность домашнего задания</p> <p><u>Регулятивные УУД:</u></p> <p>Определить смысл поставленной на уроке УЗ</p> <p><u>Коммуникативные УУД:</u></p> <p>Формирование умения понимать причины успеха и неуспеха учебной деятельности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха.</p>

