**Кременецька загальноосвітня школа – інтернат І – ІІІ ступенів**

Конспект уроку

з фізичного виховання в 4 класі

***Рухливі ігри, забави***

**Вчитель фізкультури**

**Іванюк Т.В.**

**2010**

Фізична культура, 4клас

Підготувала Іванюк Т.В., вчитель фізкультури

Тема. Рухливі ігри, забави.

Мета уроку: створити атмосферу радості, співпереживання: розвивати рухові якості учнів – спритність, швидкість, витривалість, виховувати в учнів почуття колективізму, вміння вести себе в нестандартних ситуаціях і приймати швидкі рішення.

Завдання уроку: 1.Закріплення отриманих учнями умінь й навичок з ведення

футбольного м’яча.

2.Розвиток в учнів фізичних якостей засобом ігор-естафет.

3.Формування в учнів навиків здорового способу життя.

Тип уроку: навчально-ігровий.

Форма проведення: урок - свято.

Методи і прийоми: словесний,наочний, ігровий, змагальний, робота в групах.

Інвентар: 1 канат, 2 футбольні м’ячі, 4 тенісні м’ячі, 2 гімнастичні лави, 2 гімнастичні мати, 2 ручки, 2 карточки із теоретичними запитаннями, 2 стакани з водою, 2 карточки із кросвордами, 2 фішки, свисток.

Хід уроку

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Зміст частини уроку | Дозування | Організаційно-методичні вказівки |
| І.  ІІ. | Підготовча частина  Організаційний момент  1.Шикування за рівнем фізичної  підготовленості  2.Перевірка правильної постави.  3.Привітання.  4.Мотивація діяльності дітей на уроці:  а) запропонувати учням подорожувати  по країні Спортландія для того, щоб  перевірити свої знання та вміння з  фізичної культури за 4 роки;  б) пояснити суть діяльності учнів на  уроці.    5.Організуючі вправи: виконання  поворотів на місті: «Праворуч!»,  «Ліворуч!», «Кругом!».  6.Різновиди ходьби:  а) на носках;  б) на зовнішній стороні стопи;  в) на внутрішній частині стопи;  г) на п’ятках;  д) на півприсяді, стрибками в присяді.  7.Різновиди бігу:  а) з високим підніманням стегна;  б) з закиданням гомілки назад;  в) приставними кроками лівим і правим  боком;  г) з прискоренням, із зупинкою по  свистку і зміною напрямку руху.  Основна частина уроку. | 8хв.  30 сек.  30 сек.  15 сек.  1хв.  30 сек.  15сек.  15 сек.  15 сек.  15 сек.  15 сек.  3хв.  37хв. | Фронтальний метод. Звернути увагу на зовнішній вигляд учнів, самопочуття.  Учитель- Діти! У нас сьогодні незвичний урок, урок-свято. Сьогодні ми підведемо підсумки того, чи багато ви навчилися за час навчання у молодшій школі. Адже це наш прощальний урок. Ви любите подорожувати? (Так). Це дуже добре. Тоді пропоную вирушити у країну Спортландія. Тоді вирушаємо у подорож.  Чіткість виконання. Збереження правильної постави, рівноваги.  Руки вверх.  Руки на пояс.  Руки на поясі, коліна до середини.  Руки за спину, плечі розведені, носок на себе.  Руки за голову, лікті розведені. |

Виходять ведучі: хлопчик і дівчинка.

Хлопчик. В нашім класі знову свято,

Чути музику і сміх,

На уроці цім спортивнім

Ми вітаємо усіх.

Дівчинка. Обіцяєм, що не буде

Ніхто нині сумувати,

Всіх ми кличем разом з нами

Участь в конкурсах узяти.

Хлопчик. Сьогодні на нашому уроці присутні батьки,вихователь та адміністрація школи.

Дівчинка. Але які ж спортивні змагання відбуваються без поважного журі. Сьогодні цю місію будуть виконувати:

Суддя змагань: 1……………………………………

2……………………………………

Секретар: ……………………………………

Хлопчик. Ноги розім’яли – а тепер розімнемо руки. Діти! Відгадайте загадку.Яка команда дасть правильну відповідь,отримає 1 очко.

Невеликий черв’ячок завис на гачок, або ж ліана в спортзалі. (Канат).

Дівчинка. Молодці. Очевидно ви здогадались, що перша наша гра «Перетягування канату».

Учитель. В цій силовій грі беруть участь одночасно дві команди, які намагаються перетягнути своїх суперників за контрольну лінію. Виграє переможець. Отже, діти, чи готові ви зараз показати свою силу, спритність, кмітливість, жагу до перемоги!

Учні. Готові!

Учитель. Увага! Свисток! (Лунає музика).

(Суддя підводить підсумки гри.)

Хлопчик. Діти! Відгадайте наступну загадку.

Б’ють – не плаче, вгору скаче,

І ніхто йому одначе

Не сказав хоч раз «Пробач!»,

Бо на те і є він … . (М’яч).

Дівчинка. Молодці. У попередній естафеті ви показали, що ви є дуже сильними і можете зрівнятись по силі з козаками. В наступній покажете свою швидкість.

Учитель. Друга естафета має назву «Біг з м’ячами». Кожен учасник повинен одночасно двома руками прокотити м’ячі до фішок, а повертатись – звичайним бігом, тримаючи м’ячі в руках. Перемагає команда, яка швидше подолає естафету.

(Поки учитель говорить завдання, наперед підготовлений учень показує завдання.)

Готові? Увага! Свисток! (Лунає музика).

Хлопчик. Просимо наших суддів підвести підсумки естафети. А наші учасники готуються до наступної гри-естафети «Снайпер». Перевіримо, хто найвлучніший.

Учитель. Всі учасники по черзі кидають тенісний м’яч на різні позначки на підлозі. Хто попаде, той приносить очко своїй команді.

Готові? Увага! Свисток! (Лунає музика).

(Суддя підводить підсумки гри.)

Дівчинка. Діти! А чи відгадаєте ви ще одну загадку?

Хоч буваю часто битий,

Але зовсім не сердитий.

Я стрибаю – веселюся,

Чи вгадаєш, як я звуся? (М’яч).

Хлопчик. Продовжимо наше змагання. І наступна естафета буде із футбольним м’ячем.

Учитель. Зараз, діти, ви покажете своє вміння вести м’яч між фішками. Перший гравець веде м’яч до 5 фішки, зупиняє його підошвою та залишає його біля неї, назад рухається звичайним бігом. Другий гравець уперед біжить звичайним бігом, а назад веде м’яч між фішками. Перемагає команда, яка швидше справилась із завданням.

(Підготовлений учень показує завдання.)

Готові? Увага! Свисток! (Лунає музика).

(Суддя підводить підсумки гри.)

Дівчинка. І от настав час, щоб команди показали своє вміння шикуватись та організовуватись..

Учитель. Обидві команди шикуються у коло. Суддя називає тип шикування. Після свистка необхідно шикуватися за названим порядком.

Варіанти:

* за зростом;
* за довжиною волосся, починаючи із найкоротшого;
* за кольором очей, від світлих до темних.

Перемога в кожній номінації надає одне очко. Враховується якість шикування, рівень організованості. Перемагає команда, яка отримала більше очок.

Хлопчик. Просимо суддів підвести підсумки гри.

Дівчинка. Діти! Зараз я пропоную вам відгадати назву спортивного інвентаря, з яким пов’язана наступна естафета. Яка команда першою дасть правильну відповідь, отримає 1 очко.

На мене сідають,

Через мене стрибають,

Руки згинають та розгинають. (Лава).

Учитель. Учні шикуються в колону по одному перед стартовою лінією. За свистком перший учасник лізе по гімнастичній лаві, виконує перекид уперед та біжить назад і передає естафету рукою наступному учаснику. Виграє команда, яка

швидше справилась із завданням. (Підготовлений учень показує завдання).

Готові? Увага! Свисток! (Лунає музика).

(Суддя підводить підсумки гри).

Хлопчик. Ви гарно справляєтесь із спортивними завданнями. То ж зараз ми перевіримо ваші теоретичні знання.

Учитель. Двом командам даються за свистком карточка із запитаннями та ручка. Виграє команда, яка швидше справиться із завданням і дасть правильні відповіді на запитання.

Теоретичні запитання:

1. Навіщо потрібна ранкова гімнастика?
2. Який м’яч найважчий і найлегший? (Набивний і тенісний).
3. Як часто проводяться Олімпійські ігри? (Раз в 4 роки).
4. Із чого складається руховий режим учня 4 класу?
5. Скільки білих фігур у шахах? (16).
6. Які ви знаєте фізичні якості? (Сила, швидкість, спритність, витривалість, гнучкість).
7. Які основні компоненти здорового способу життя?
8. Скільки гравців у баскетбольній команді? (5).
9. Які ігрові види спорту беруть участь у літніх Олімпійських іграх? (Футбол, баскетбол, волейбол, гандбол тощо).
10. Скільки гравців у волейбольній команді? (6).

(Суддя підводить підсумки гри).

Дівчинка. Наступна наша естафета має назву «Хто швидше?».

Учитель. Команди стоять у колоні по одному. За сигналом учні передають склянку з водою один одному. Виграє команда, яка першою закінчила змагання та у неї в стакані залишилося більше води.

Готові? Увага! Свисток! (Лунає музика).

(Суддя підводить підсумки гри).

Хлопчик. Діти! Настав час фінального зусилля. На завершення розгадайте спортивний

кросворд. Виграє команда, яка швидше його розгадає. За свистком учням

роздаються карточки із кросвордом.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | | | 1Ф |  |  | |  |  |  |
| 2 |  |  |  | І |  |  | | | | |
|  | | 3 |  | З |  |  | |  | | |
| 4 |  |  | К |  |  | |  |  |  |
| 5 |  |  | У |  |  | | | |
| 6 |  |  | Л |  |  | |  |  |  |
|  | | | Ь |  | | | | | |
| 7Т |  | |  |  |  |  |
|  | 8 |  | У |  |  | |  | |
| 9 |  |  | Р |  |  | | | |
| 10 | А |  |

1. Вид спорту, де забороняється торкатись руками м’яча.
2. На ньому підтягуються.
3. Через нього стрибають.
4. Спортивний інвентар для виконання стрибків на місті.
5. Замкнута трубка для виконання фізичних вправ.
6. Спортивна гра, де м’яч перебивають через сітку.
7. Вид спорту, в якому грають ракеткою.
8. Гімнастичний прилад, який має дві жердини.
9. Засіб фізичного виховання, де використовуються змагання.
10. Він використовується для страхування і приземлення.

Відповіді: 1.Футбол. 2.Турнік. 3.Козел. 4.Скакалка. 5.Обруч. 6.Волейбол. 7.Теніс. 8.Бруси. 9.Спорт. 10.Мат.

Шикування команд.

Дівчинка. Я надіюсь, що всім присутнім на уроці було цікаво. Тож просимо суддів

підвести підсумки всіх ігор. Нагородження грамотами.

Учитель. Отже, діти, сьогодні на уроці ми подорожували з вами по країні

Спортландія. Під час подорожі ви показали розвиток своїх фізичних якостей,

вміння та знання. Молодці. Ви добре старалися, тому команда-переможець

отримує 12 балів, а інша команда отримує теж високий бал – 10.

Хлопчик. Живіть щасливо і багато,

Любов до спорту збережіть,

Хай кожен день вам буде святом,

Життям упевнено ідіть!

Любов до спорту передайте,

Своїм нащадкам, й кожен день

Щораз зі спорту починайте,

Неначе із дзвінких пісень!

Нехай мов факел запалає

Любов до спорту у серцях.

І хай ніколи не згасає,

Зігріє вам життєвий шлях!