

**План – конспект  
урока по физической культуре  
в рамках методической школьной недели.  
План-конспект урока по физической культуре для 4 "В" класса (по ФГОС)**

**Технологическая карта урока**

**Дата проведения:** 11.04.2014год

**Тема:** «Подвижные и спортивные игры».

**Разработан учителем физической культуры:** Саранской Нины Юрьевны

**Цели деятельности учителя:** выполнить комплекс упражнений , формировать знания о видах спорта и спортивных играх; совершенствовать и корректировать технику выполнения ловли , передачи и подачи мяча, развивать умение участвовать в подвижных играх в соответствие с правилами и соблюдением техники безопасности , взаимодействовать со сверстниками в процессе игры: "Мяч среднему".

**Формируемые УДД:**

**предметные ;** иметь углубленные представления о технике выполнения ловли, передачи и подачи мяча различными способами, о правилах игры в пионербол; организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью выполнения упражнений на осанку;

**межпредметные:** принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности . определить общие цели и пути достижения, договориться о распределении функций и ролей в совместной деятельности, адекватно оценивать своё поведение и поведение окружающих;

**личностные:** развитие мотивов учебной деятельности; умение общаться, анализировать, творчески применять полученные знания на самостоятельных занятиях физической культурой

**Тип урока:** образовательно-тренировочной направленности

**Место проведения:** спортивный зал МБУ школа № 90.

**Оборудование и инвентарь:** волейбольные мячи, свисток.

<http://www.prodlenka.org/metodicheskaja-biblioteka/viewprofile/62231.html>

Этап образовательного процесса	Деятельность учителя	Деятельность учащегося	Универсальные учебные действия			
			Личностная	Регулятивная	Познавательная	Коммуникативная
1	2	3	4	5	6	7
<p>Подготовительный(12минут)</p> <p>1.Сообщение УЗ на урок</p> <p>2.Разминка: Ходьба(упражнения на осанку), бег, спец. упражнения (передвижения в стойке волейболиста, захлестом голени, высоко поднимая бедро, скрестным шагом,</p>	<p>Ознакомить учащихся с целью и задачами урока, настроить на урок</p> <p>Подготовить организм занимающихся к работе в основной части</p>	<p>Строятся в одну шеренгу, слушают и обсуждают тему урока.</p> <p>Выполняют упражнения в движении.</p> <p>Перестраиваются в две</p>	<p>Установить роль разминки при подготовке организма к занятию с мячом</p> <p>Уточнить влияние разминки</p>	<p><i>Прогнозировать</i>- предвидеть уровень усвоения знаний, его временных характеристик</p> <p>Определить последовательность и</p>	<p><i>Общеучебные</i> - использовать общие приемы решения задач</p> <p><i>Общеучебные</i> - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.</p>	<p>Обсудить ход предстоящей разминки</p> <p>Деятельность направлена на продуктивное взаимодействие при проведении разминки как со сверстниками, так и с учителем</p>

<p>челночным бегом)</p> <p>3. Перестроение в две шеренги</p> <p>4. ОРУ на месте (приложение №1)</p>	<p>урока</p> <p>Знакомство с историей и правилами игры в пионербол в процессе урока.</p>	<p>шеренги.</p> <p>Выполняют упражнения на месте</p>	<p>мышц плечевого пояса на готовность к работе по пионерболу</p> <p>.</p>	<p>приоритет разминки мышечных групп</p>		
<p>Основной(30 минут)</p> <p><u>Разминка с мячами:</u> (5мин.)</p> <p>- передача и ловля мяча двумя руками в парах;</p> <p>- высокие броски и ловля мяча двумя руками;</p> <p>- передача и ловля мяча с ударом о пол;</p> <p><u>1. Передачи и ловля мяча двумя руками сверху и снизу:</u> "(12мин.)</p> <p>- волейбольная стойка;</p> <p>- правильное расположение рук при</p>	<p>Перестроить обучающихся на пары.</p> <p>Объяснить технику изучаемых игровых приемов и действий, добиться их самостоятельному освоению, выявить и устранить</p>	<p>Выполняют разминку с мячом, передачи, броски и ловля мяча</p> <p>Выполняют упражнения с мячом, передачи, броски и ловля</p>	<p>Описывать технику изучаемых игровых приемов и действий, повторять и осваивать их самостоятельно, выявлять и устранять типичные ошибки.</p> <p>Применять правила подбора</p>	<p><i>Коррекция</i> - вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.</p>	<p>Формировать мыслительные операции по каждому из разучиваемых элементов пионербола</p> <p><i>Общеучебные</i> -</p>	<p>Распределение функций обучающихся во время работы по местам занятий</p> <p>Развивать умение выразить свою мысль по</p>

<p>передачи и ловле мяча двумя руками сверху - наброски на ловлю мяча двумя руками сверху и снизу;</p> <p>- передача и ловля мяча двумя руками сверху и снизу на оптимальном (удобном) расстоянии;</p> <p>- передача мяча и ловля двумя руками сверху над собой и сверху партнёру;</p> <p>- передачи мяча и ловля через сетку</p> <p>наброски на ловлю мяча двумя руками сверху и снизу;</p> <p><u>2. ПОДАЧА МЯЧА</u> "(8мин.)</p> <p>1. Имитация подачи мяча.</p> <p>2. Подача с расстояния 3—6 м.</p> <p>Подачи через сетку с</p>	<p>типичные ошибки.</p> <p>Моделировать технику освоенных игровых действий и приемов, варьировать её в зависимости от ситуации и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.</p> <p>Напомнить технику</p>	<p>Выполняют упражнения ; имитация подачи мяча, подача с расстояния 3-6 метров, через сетку3-9</p>	<p>одежды для занятия спортом и использовать игру в пионербол в организаци и активного отдыха.</p> <p>Определять степень утомления организма во время игровой деятельности,</p>	<p>Коррекция - адекватно воспринимать предложение учителя по исправлению ошибок.</p> <p><i>Целеполагание</i> - преобразовать познавательну</p>	<p>ориентироваться в разнообразии способов решения задач.</p> <p><i>Информационны</i> е - искать и выделять необходимую информацию из различных источников в игре пионербол.</p>	<p>поводу освоения работы одноклассников с элементами пионербола.</p>
---	---	--	---	--	--	---

<p>расстояния 3- 9 м от сетки.</p> <p><u>3. Подвижная подводящая игра к пионерболу: "Мяч среднему" (5мин.)</u> (приложение № 2)</p> <p>Перестроение в круг (передача мяча сверху и снизу через среднего игрока"</p>	<p>безопасности при выполнении подачи мяча через сетку</p> <p>Объяснить правила игры</p>	<p>метров от сетки</p> <p>Перестраиваются в круг.</p> <p>Участвуют в игре.</p>	<p>использовать игровые действия с волейбольным мячом для комплексного развития физических способностей.</p>	<p>ю задачу в практическую</p>		
<p>Заключительный (3минут)</p> <p>1.Выставление оценок</p> <p>2.Анализ выполнения УЗ обучающимися, рефлексия, домашнее задание</p>	<p>Восстановить дыхание после игры.</p> <p>Проверить степень усвоения обучающимися УЗ</p> <p>Ставим УЗ на дом</p>	<p>Определяют своё эмоциональное состояние на уроке</p>	<p>Определять собственные ощущения при освоении учебной задачи на уроке.</p> <p>Осознавать необходимость домашнего задания</p>	<p>Определить смысл поставленной на уроке УЗ</p>	<p>Формировать умения и выделять основные признаки сравнения выполнения УЗ</p>	<p>Обеспечивать социальную компетентность и учет позиции других людей</p>

## Комплекс общеразвивающих упражнений (приложение №1).

№ п/п	Содержание	Доз-ка	Методические указания
1.	И.п.- о.с. 1- 2 поднимаясь на носки, руки дугами вперед вверх. 3-4 руки дугами наружу вниз – и.п.	6-8 раз	Руки прямые, ладони во внутрь.
2.	И.п.- руки перед грудью 1- поворот влево, руки в стороны ладонями вверх. 2- и.п. 3-4 то же вправо.	6-8 раз	Спина прямая, голову держим прямо.
3.	И.п.- ноги врозь, руки на пояс 1- 3 пружинистые наклоны влево. 4- и.п. 5-8 то же в другую.	6-8 раз	Локти в стороны, лопатки соединить.
4.	И.п.- упор, сидя, сзади. 1- руки вверх. 2- наклон к ногам. 3- выпрямиться. 4- и.п.	6-8 раз	Руки прямые, ноги в коленях не сгибать.
5.	И.п.- то же . 1-4 поочередно сгибая – выпрямляя ноги (велосипед)	6-8 раз	Спина прямая, слушаем счет.
6.	И.п.- о.с. 1- упор присев. 2- толчком ног упор лежа 3- толчком ног упор присев 4- встать – и.п.	6-8 раз	Движение энергичны
7.	И.п.- руки на пояс 1- мах левой ногой. 2- выпад левой ногой. 3-4 толчком левой ногой в и.п.	6-8 раз	Правая прямая
8.	И.п.- то же 1- прыжок – ноги врозь. 2- прыжок – ноги вместе.	12-16 раз	Прыжок как можно выше

## Игра «Мяч среднему» (приложение №2)

Подготовка. Для проведения игры требуются два волейбольных мяча. Играющие делятся на две равные команды, и каждая из них выстраивается по кругу на расстоянии вытянутых рук. Первые номера становятся в середину своих кругов с мячом в руках.

Содержание игры. По сигналу руководителя центральные игроки, находящиеся в кругах, бросают мяч вторым номерам, получают от них обратно, бросают третьим, также получают обратно и т.д. Когда центральный игрок получит мяч от последнего (по нумерации) игрока, он передаёт его второму игроку и меняется с ним местом. Второй игрок становится в середину круга и также начинает игру: перебрасывает мяч третьему игроку, получает от него, передаёт четвёртому и т.д. Игра заканчивается, когда все побывают в роли центрального игрока.

Побеждает команда, первой закончившая переброску мяча.

Правила игры: 1. Передавать мяч можно любым заранее установленным способом: одной или двумя руками, снизу, от груди, из-за головы, с ударом мяча о землю. 2. Мяч перебрасывается всем игрокам в строгой последовательности. 3. Тот, кто уронит мяч или не поймает его, должен сам его поднять и продолжить игру. 4. Очередной центральный игрок может начинать передачу мяча, как только поймает его от предыдущего центрального.

Заместитель руководителя ОО \_\_\_\_\_ (Л.Е.Корсакова)

МП