Конспект урока по физической культуре в 4 классе

|  |  |
| --- | --- |
| **Название предмета** | физическая культура |
| **Класс** | 4Б |
| **Тема** | Совершенствование акробатических упражнений |
| **Тип урока** | Комбинированный |
| **Цель урока** | Совершенствовать акробатические упражнения: гимнастический мост, стойка на лопатках, кувырок вперёд. |
| **Задачи урока** | * Воспитывание физических качеств – гибкости и координации движений. * Совершенствование техники выполнения акробатических упражнений: гимнастический мост, стойка на лопатках, кувырок вперёд. * Воспитывание стремления через игру продемонстрировать навыки самоорганизации, взаимопомощи, формирование адекватной самооценки. |
| **Планируемые результаты:** | **Предметные**  **В совершенстве овладеть**   * Умением применять технически грамотно акробатические упражнения; * Умением находить и исправлять ошибки; * Применять полученные знания и умения в игровой деятельности;   **Получить возможность продемонстрировать**   * Навыки соблюдения требований техники безопасности * Оказание посильной помощи при работе в группах; * Уровень освоения двигательных действий в игре;   **Метапредметные**   * Позновательные – формировать способность, понимать учебную задачу урока и стремиться к её выполнению; научиться грамотно отвечать на вопросы * Коммуникативные – овладеть способностью слушать собеседника и вести диалог, вступать в речевое общение * Регулятивные – оценивать свои достижения на уроке   **Личностные**   * Проявлять культуру взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности; * Овладеть навыками выполнения разнообразных физических упражнений; * Активно включаться в совместную деятельность, принимать участие в её реализации. |
| **Место проведения** | спортивный зал |
| **Время урока** | 40 минут |
| **Форма организации** | урок с применением ИКТ |
| **Технология построения урока** | Поточная, фронтальная, групповая |
| **Наглядность** | презентация, картинки с комплексами физических упражнений, презентации - проекты |
| **Оборудование** | Мультимедиа, секундомер, ноутбуки |
| **Учитель** | Владимирова Екатерина Викторовна |

План конспекта урока

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Этап урока, дозировка. | Обучающие и развивающие компоненты, задания и упражнения | Содержание учебного материала | | Формы взаимодействия | | Универсальные учебные действия | | Методические указания |
| Деятельность учителя | Деятельность учащихся |
| Подготовительная часть урока 7-10 минут | | | | | | | | |
| Организационный момент  2-3 мин | Эмоциональная психологическая и мотивационная подготовка учащихся к освоению изучаемого материала   1. Построение 2. Сообщение темы урока 3. Постановка цели самими учащимися. 4. Презентация спортивные виды гимнастики. | Проверяю готовность учащихся к уроку (внешний вид, наличие спортивной обуви)  Озвучиваю тему урока.  Создать условия для  Составления плана урока  Спрашивают знания учащихся о спортивных видах гимнастики. Рассказываю о спорт. акробатике и спорт. аэробике. | Строятся в шеренгу  Приветствуют учителя  Проявляют интерес к материалу урока  Выдвигают варианты, формулировок задач и целей урока, участвуют в их обсуждении.  Составляют план урока.  Отвечают на вопросы. | Фронтальная | Проявление положительного отношения к учебной деятельности, формирование мотивации к учению. (*Личностные УУД)*  Использовать имеющиеся знания и опыт *(Регулятивные УУД)*  Распознавать и называть двигательное действие  Осознано и произвольно осуществлять высказывание в устной форме.  Пользоваться накопленными знаниями; ориентироваться в своей системе знаний:  находить закономерности (*Познавательные УУД*)  Оформлять свои мысли в устной форме с достаточной полнотой и точностью. (Коммуникативные УУД) | | Майка заправлена, шнурки завязаны. Основная стойка. Чёткий ответ. | |
| Самоопределение к деятельности  1-2 мин |
| 5-7 мин | 4. Ходьба и разновидности  - на носочках, руки в стороны, руки вверх хлопок в ладоши, руки в стороны, руки вниз.  - на пятках руки к плечам на 1-2 локти свести впереди, на 3-4 развести локти, свести лопатки.  -в полуприседи, руки вперёд. | Формулирую задание. Слежу за правильным выполнением, за дистанцией в строю | Выполняют ходьбу с удержанием правильной осанки. | Поточная | Понимать необходимость выполнения задания с целью возможности к самосовершенствованию(Личностные УУД) | | Соблюдать дистанцию.  Спина прямая, смотреть вперёд. Руки выпрямлены | |
| 1. Бег с заданием   Хлопки по количеству свитков.  Приставной шаг правым и левым по сигналу меняем сторону. | Выполняют бег с различными заданиями.  Соблюдают дистанцию и темп бега. |  |  | |
| Построение в шеренгу и расчёт по три.  Перестроение в 3 шеренги  ОРУ в кругах.  По картинкам.  Самопроверка | Даю команду «По три рассчитайсь!», перестраиваю в 3 шеренги.  По кругам шагом марш!  Капитанам групп  даю задание на разминку: разложите картинки в порядке выполнения упражнений и приступайте к выполнению комплекса под музыку.  Контролирует выполнение комплекса.  Проверяет составленные слова. | Рассчитываются по три, и делятся на три группы.  Расходятся по кругам.  Выбирают командира группы. Раскладывают картинки по порядку и выполняют упражнения под музыку, командир задаёт темп и показывает упражнение.  Проверяют последовательность выполнения упражнения, переворачивают картинки и составляют слово. | Групповая | Использовать знаково-символические средства, формировать умения и навыки отбора необходимой информации (*Познавательные УУД*)  Учитывать разные мнения, координировать в сотрудничестве разные позиции (*Коммуникативные УУД*)  Координировать работу в соответствии со строго определённым временем *(Регулятивные УУД)* | |  | |
| Основная часть урока 20-25 мин | | | | | | | | |
| Комплексное решение задач урока  15 -17 мин  На задание 3-5 мин  8-10 мин | Переход к месту работы.  Выполнение заданий в группах.  1 – задание: «Гимнастический мостик»  Выбрать правильное положение «моста»  2 – задание:  «Стойка на лопатках»  Убрать лишние упражнения.  3 – задание  «Кувырок вперёд»  Составить элементы кувырка в правильной последовательности.  По окончании выполнения задания происходит смена мест занятий.  Эстафета с элементами акробатики.  1 – направляющий встаёт на мостик, второй бежит, подлезает под «мостик» и сам встаёт на «мостик», а направляющий бежит к команде и передаёт эстафету следующему. Заканчивается конкурс, когда капитан окажется на мате.  2 – на мате выполнить перекат со спины на живот, оббежать конус и бегом вернуться обратно.  3 – проползти на животе по скамейке, выполнить кувырок вперёд, оббежать конус и бегом вернуться обратно. | Перестраиваю учащихся, определяю место работы каждой группы.  Объясняю и комментирую технику выполнения в том случае, если учащиеся не справляются с заданием.  Наблюдаю за выполнением упражнений.  Корректирую возможные ошибки. | Строем переходят к месту работы. Получают материал для работы: Презентацию с заданием. Отвечают на вопрос и выполняют упражнение.  Используют полученные средства, знания и навыки  для выполнения задания.  Подводят итоги выполненной работы, отмечают лучшего, кто покажет упражнение всем.  Демонстрируют выполнение задания. | Групповая, поточная. | | Взаимодействовать с партнёром, Учитывать разные мнения, инициативно сотрудничать в представлении упражнения *(Коммуникативные УУД*).  Владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений (*Личностные УУД).*  Координировать работу в соответствии со строго определённым временем *(Регулятивные УУД)*  *Использовать знаковво-символические средства, формировать умения и навыки отбора необходимой информации (Познавательные УУД)* | | Соблюдать правила техники безопасности.  Выполнять упражнения по очереди или с дистанцией. |
| Заключительная часть урока 5-7 минут | | | | | | | | |
| 1-2 мин | Релаксация.  Комплекс упражнений на релаксацию.   1. Потянуться вверх, встать на носочки. 2. Расслабить кисти, плечи, наклониться, согнуть колени, опуститься на пол. 3. Потянуться вверх, влево, вправо, наклониться вперёд, поставить ладошки на пол и выпрямляя ноги встать и потянуться вверх. | Перестраиваю учащихся на вытянутые руки. Показываю и комментирую упражнения на релаксацию. | Размыкаются на вытянутые руки. Выполняют упражнения на релаксацию, восстанавливают дыхание. | Фронтальная. | | Осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ движений учителем; действуют с учётом выделенных учителем ориентиров; адекватно воспринимают оценку учителя (Регулятивные)  Проявлять дисциплинированность трудолюбие и упорство в достижении поставленной цели. | |  |
| Итог урока Рефлексия 3-5 мин. | Построение  Рефлексия  Продолжить фразу  У меня получилось…  Теперь я могу…  Мне захотелось…  Самооценка работы на уроке.  Итог урока | Даю команду, «в шеренгу становись».  Прошу продолжить фразы.  Предлагаю оценить свою работу на уроке –  Если вы довольны собой, считаете, что очень продуктивно поработали на уроке – возьмите мяч. Если вам кажется, что у вас что-то не получилось, вы чем-то огорчены – возьмите гантель.  Отмечаю особо отличившихся учеников.  Подвожу итог урока  Ребята, вы справились с поставленной задачей – все упражнения мы повторили. Молодцы | Строятся в шеренгу.  Проговаривают фразы, по желанию.  Самооценка: определяют своё эмоциональное состояние на уроке,  оценивают свою работу и выбирают предмет. Объясняют свою оценку. | Фронтальная | | Рефлексия способности организовать творческую работу.  Рефлексия мотивации, способов деятельности, общения. (*Личностные УУД)*  Самооценивание*(Регулятивные УУД)* | |  |
|  |
| 1-2 мин | Домашнее задание | Я предлагаю вам самостоятельно дома составить комплексы упражнений, из тех элементов которые мы сегодня повторили. Только помним о т/б  До свидания! | Стоят в шеренге. Получают домашнее задание. | Фронтальная. | | Прогнозирование.  Определение внутренней позиции школьника  Понимать необходимость выполнения домашнего задания с целью обогащения знаниями и умениями. (*Личностные УУД)* | |  |

**Самоанализ урока физической культуры**

Предлагаемый урок физической культуры проведен с учащимися 4-го класса.

На уроке присутствовали 21 человек. Все ребята относятся к основной группе, детей со специальной медицинской группы и освобождённых от занятий физической культурой нет. Физическая подготовка учащихся данного класса на среднем уровне.

Согласно календарно-тематическому планированию тема урока «Совершенствование акробатических упражнений.», раздел «Гимнастика».

Конспект урока соответствует программным требованиям данного возраста, рабочему плану и поставленным задачам.

Обучающиеся к началу урока были в спортивной форме и спортивной обуви для занятий в зале. Весь инвентарь и дополнительный материал был готов.

По типу урока - это урок комбинированный.

Форма организации познавательной деятельности: урок с применением ИКТ.

Целью данного урока является: Совершенствовать акробатические упражнения: гимнастический мост, стойка на лопатках, кувырок вперёд.

Были определены задачи педагога: создать условия для формирования представлений детей о спортивных видах гимнастики и совершенствования техники выполнения акробатических упражнений; воспитывать потребность к развитию физических качеств; развивать физические качества (быстрота, ловкость, силу) и координационные способности; формирование сознательного отношения при выполнении упражнений, воспитание коллективизма, взаимопомощи, самостоятельности; воспитание стремления через игру продемонстрировать навыки самоорганизации, взаимопомощи, формирование адекватной самооценки.

Структура урока соответствует требованиям ФГОС:

1.     Ориентируется на новые образовательные результаты

2. Нацелена на формирование УУД

Планируемые результаты были следующие

**Предметные**

**В совершенстве овладеть**

* Умением применять технически грамотно акробатические упражнения;
* Умением находить и исправлять ошибки;
* Применять полученные знания и умения в игровой деятельности;

**Получить возможность продемонстрировать**

* Навыки соблюдения требований техники безопасности
* Оказание посильной помощи при работе в группах;
* Уровень освоения двигательных действий в игре;

**Метапредметные**

* Позновательные – формировать способность, понимать учебную задачу урока и стремиться к её выполнению; научиться грамотно отвечать на вопросы
* Коммуникативные – овладеть способностью слушать собеседника и вести диалог, вступать в речевое общение
* Регулятивные – оценивать свои достижения на уроке

**Личностные**

* Проявлять культуру взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;
* Овладеть навыками выполнения разнообразных физических упражнений;
* Активно включаться в совместную деятельность, принимать участие в её реализации.

На уроке были представлены следующие этапы:

1. этап – организационный момент.

Дидактические задачи этого этапа заключались в том, чтобы:

1. выявить готовность учащихся к уроку (внешний вид, одежда, убранные волосы, снятые украшения);
2. установить контакт учителя с учениками;
3. вызвать интерес учащихся к уроку, по средствам сообщения темы урока;
4. организовать и настроить на сознательное выполнение задач урока.
5. определить цели и задачи урока и составить план урока.

Проверила готовность учеников.

С помощью подводящего диалога я создала ситуацию коммуникативного взаимодействия.

Дети коллективно обсуждали этапы плана работы. Анализировали полученные ранее знания и навыки по предмету.

1. этап - подготовительная часть урока.

Задачами этого этапа являются:

1. выяснить знания учащихся о спортивных видах гимнастики
2. функционально подготовить организм учащихся к выполнению более интенсивных и трудных упражнений;
3. содействовать формированию осанки, воспитывать ловкость и умение управлять двигательной деятельностью
4. воспитывать музыкальность, чувство ритма.
5. воспитывать аккуратность, умение выполнять коллективные действия

В содержание вводной части входят: строевые упражнения – воспитывают чёткость и умение слышать команды; ходьба с заданиями – способствует укреплению свода стопы, развитие координации; бег с заданиями – способствует развитию внимания и быстроты; ОРУ в кругах под музыку – способствуют развитию координации и чувство ритма.

При решении воспитательных задач, я акцентировала внимание на дисциплине, на активности учащихся и на взаимодействии в коллективе при выполнении групповых упражнений. Старалась создать доверительную обстановку и развить у учащихся такое качество, как уверенность в себе.

С помощью этих упражнений, в подготовительной части урока, включаются в работу большая часть мышц.

III. этап – основная часть урока.

Я ставила следующие задачи на этом этапе:

1. совершенствовать технику акробатических упражнений
2. развивать физические качества;
3. формирование сознательного отношения при выполнении упражнений
4. воспитание коллективизма, взаимопомощи, самостоятельности;

В содержание входят:

Выполнение основной задачи урока, ученики выполняли тестовой задание на компьютере, потом выполняли полученное упражнение на мате на этом этапе использовался метод поточно-групповй

Перед игрой – эстафетой с мячом поделила класс на команды и предложила выполнить игровые задания с мячом. С помощью игры хотела добиться повышения эмоционального состояния учащихся.

1. этап – заключительная часть урока.

Задачи на этапе:

1. снизить уровень физического и эмоционального возбуждения;
2. подвести итог урока;
3. самооценка учащихся.

В содержание входят:

Минута релаксации способствует, снять напряжен, переключение и внимания и подготовке организма к последующему уроку.

В подведение итогов урока выяснила у учащихся, новые полученные знания и умения, выявила полноту усвоения знаний на данном уроке.

В проведение рефлексии ребята самостоятельно оценили свою работу на уроке. Я проконтролировала уровень самооценки. Подвела итог рефлексии:

\_\_\_\_ поставили себе высокую оценку, \_\_\_ - поставили себе хорошо, \_\_\_ - выбрали третий вариант оценки, и я с ними согласна.

Дома предложила девушкам закрепить аэробную связку, формируя у учащихся потребность к дальнейшему развитию двигательных качеств.

Задачи, поставленные перед началом урока, решены в полном объёме.

Задания на уроке соответствовали возрасту.