

**Методическая разработка урока по физической культуре для учащихся 4 класса по теме «Подвижные игры как средство оздоровления и развития физических качеств учащихся» учителя МОУ СШ № 3 Тутаевского МР Новиковой Л.В.**

**Аннотация**

Данная разработка представляет собой конспект нестандартного урока физкультуры. Разнообразные спортивные игры, эстафеты, соревнования, тестовые задания позволяют учителю сделать уроки физкультуры увлекательными и интересными, тем самым помогают направить младших школьников в нужное русло.

Целесообразное проведение в системе таких занятий, помогает решить одну из главных задач физического воспитания в современной школе - формирование у детей жизненной потребности в личном физическом совершенствовании, развитие у них интереса к занятиям физической культурой.

Задачи урока:

1. Развитие быстроты, ловкости.
2. Повысить общую выносливость, работоспособность и координацию движения.
3. Создать положительный настрой и хорошее настроение.

Инвентарь и оборудование: мяч волейбольный.

Место проведения: спортивный зал.

Ход урока

№	Части урока, их краткое содержание	Дозировка	Организационно-методические указания
I	Подготовительная часть	8-10 мин	Сообщить задачи урока.
1	Построение, расчет, приветствие	1 мин	
2	Сообщение задач урока Контроль ЧСС за 10 сек	1 мин	
3	Ходьба: - на носках - на пятках - на внешнем своде стопы - на внутреннем своде стопы - полуприсяди	2 мин	При ходьбе на носках руки поднять вверх, ладони вовнутрь, во время ходьбы на пятках руки за голову в замок. Полуприсяди руки на пояс. При ускоренной ходьбе руки согнуты в локтях.

	- ходьба ускоренная перекаат с пятки на носок		
4	Медленный бег: -бег(правым, левым боком скрестным шагом, приставными шагами 4 правым,4 левым боком) - бег с высоким подниманием бедра - бег с захлестыванием голени, многоскоки	2 мин	Обратить внимание на технику выполнения беговых упражнений, следить за осанкой учащихся.
5	ОРУ в движении: а) кисти рук к плечам 1-4 круговые вращения руками вперед, 1-4 назад б) 1-2 скрестные движения руками,3-4 руки прямые в стороны в)рывки руками с поворотом в стороны	2 мин 6-8 раз 6-8 раз 6-8 раз	Следить за четкостью выполнения упражнений, выполнять упражнения под счет учителя. Темп средний
	Контроль ЧСС за 10 сек		
II	Основная часть	24 мин	
1	Игра «У медведя во бору»	8 мин	Когда медведь поймает 4-5 человек, назначается новый водящий.  Площадка для игры обозначается фишками.
2	Игра «Подвижная цель»  Контроль ЧСС за 10 сек	8 мин	Чертим большой круг. Водящий встает в центр, остальные игроки располагаются за линией круга, водящий должен убежать от мяча, чтобы в него не попали. Кто попал в водящего мячом, не заходя за линию круга, становится водящим.
3	Игра «Не давай мяч водящему»	8 мин	Чертим круг и выбираем 3 водящих. Игроки встают за линию круга ,а водящие в круг. Игроки передают мяч друг другу, а водящие должны у них отобрать. Водящий, которому удалось

			перехватить мяч, становится игроком ,а игрок, от которого водящий поймал мяч, становится водящим. Побеждают игроки, которые ни разу не были водящими.
III	<p>Заключительная часть.</p> <p>Упражнения на восстановление дыхания.</p> <p>Контроль ЧСС за 10 сек</p> <p>Подведение итогов урока, домашнее задание.</p>	3 мин	

Методы обучения, используемые на уроке:

- методы общей педагогики (словесные и наглядные), применение которых зависит от содержания учебного материала;
- игровой метод, сущность которого заключается в том, что двигательная деятельность занимающихся организуется на основе содержания, условий и правил игры;
- соревновательный метод помогает повысить подготовленность занимающихся к выполнению тех упражнений, в которых они должны соревноваться.

Формы деятельности:

- игровая,
- спортивная,
- соревновательная.

Организационно-содержательные приёмы:

- введен дополнительный игровой час в учебное расписание;
- предложена программа физического воспитания с использованием народных и подвижных игр;
- проведено частичное исследование эффективности применения народных и подвижных игр на уроках физкультуры в начальной школе, в среднем и старшем звене.

Средства обучения:

- рассказ,
- показ.