

П л а н – к о н с п е к т

интегрированного урока по физической культуре, математике, чтению, русскому языку, природоведению, музыке в Волгодонской школе – интернат, в 4 классе

Разработала : Вдовиченко И.С., учитель физической культуры, высшая квалификационная категория.

Раздел: «Спортивные и подвижные игры».

Тема урока: «Весёлые старты».

Цель урока: Создание условий для самореализации учащегося в процессе урока.

Задачи урока:

Развивающая: создать условия для развития кондиционных (скоростно-силовых, ловкости) и координационных (ориентация в пространстве, быстрота реакции, перестроение двигательных действий) способностей; развивать у учеников потребность в систематических занятиях физической культурой и сознательное отношение к собственному здоровью; содействовать гармоничному физическому развитию, овладению жизненно необходимыми двигательными действиями и навыками; развивать морально - волевые качества, внимание.

Образовательная: способствовать повышению интереса к предметам. Формировать элементарные знания о влиянии физических упражнений на здоровье, работоспособность и развитие двигательных способностей, научить умению четко и быстро выполнять задания.

Воспитательная:, создать условия для формирования и самореализации чувства товарищества, коллективизма, ответственности не только за себя, но и за команду, взаимопомощи, целеустремленности, упорства, самооценки, творчества.

Оздоровительная: акцентировать внимание на необходимость правильной осанки, укрепление вестибулярного аппарата.

Оборудование и инвентарь: мячи баскетбольные, волейбольные, футбольные, для настольного тенниса, для фитнеса, свисток, стойки, табло, гимнастические маты, стулья, компьютер, столы, магниты, доска, мел, маркеры, обручи, бадминтон, хоккейные клюшки.

Часть урока	Содержание урока	Дозировка	Методические рекомендации
П о д г о т о в и т е л ь н а я ч а с т ь у р о к а	I. 1. Позитивный настрой.	30**	Вход учащихся в спортивный зал под музыку.
	2. Организационный момент. - построение; - приветствие; - сообщение задач урока; - напоминание о технике безопасности во время эстафет; - загадки «Друзья здоровья».	3*	Рассказать учащимся, что сегодня на уроке мы будем не только заниматься физическими упражнениями, чтобы стать сильными, ловкими, гибкими, но также повторим кое какой материал из математики, чтения, русского языка, природоведения и музыки. «Посмотрим по другим предметам вы такие же ловкие, как по физической культуре». Т. Б. Проверить у ребят наличие посторонних предметов (часов, цепочек, колец).
	3. Разминка. <i>Бег:</i> - с подскоками; - с поворотом на 360; - приставным шагом; - по диагонали; - змейкой;	3*	Рассказать о том, что разминка необходима нам для того, чтобы включиться в активную физическую деятельность, для активизации и разогрева мышц, для собранности. При беге с подскоками поднимаем ногу до угла 90 градусов. Развиваем реакцию на свисток. Соблюдаем дистанцию. Разминка выполняется под музыкальное сопровождение.
	<i>Ходьба:</i> - ходьба на восстановление дыхания. 4. Комплекс ОРУ со стулом. - и. п. сесть на стул, руки на пояс; рр в стороны, вверх, вперед, и. п.; - и. п. сесть на стул, руки на пояс; поворот в сторону, руки вверх, и. п.; - и. п. сесть на стул, руки на пояс; наклон к носкам ног, и. п.;	30** 4*	При выполнении упражнений спину держать ровно. При наклонах вперед и махах стараться не сгибать ноги в коленных суставах. Приседая, держать спину ровно, пятки от пола не отрывать. Выпрыгивать вверх как можно выше.

<p>О с н о в н а я</p> <p>ч а с т ь</p> <p>у р о к а</p>	<p>- и. п. сесть на край стула, руки в упоре сзади; скрестить ноги; кроль; велосипед;</p> <p>- и. п. встать за стулом, руки на спинку стула; махи ногами назад;</p> <p>- и. п. – стоя левым боком к спинке стула, левая рука на спинке стула, правая на поясе. Махи ногой вперёд, назад;</p> <p>- и. п. встать за стулом, руки на спинку стула; приседание;</p> <p>- и. п. встать за стулом, руки на спинку стула; 1 – прыжком ноги в стороны; 2 – прыжком ноги вместе.</p> <p>II. Эстафеты:</p> <p>- математическая (участник, передвигаясь бегом, ведёт мяч перед собой (диаметр мяча 65 см) до стойки, решает пример, огибает её, возвращается к команде и по верху передаёт мяч следующему участнику).</p> <p>Игра «Как живёшь?».</p> <p>- читательская (пропрыгать на мяче до стола, взять листочек со словом и вернуться обратно к команде). Собрать из слов пословицу о здоровье.</p> <p>Загадки про животных.</p> <p>Игра на внимание «Земля, вода, воздух».</p> <p>- природоведческая (кувырок,</p>	<p>26*</p> <p>3*</p> <p>1*</p> <p>2*</p> <p>2*</p> <p>2*</p>	<p>Комплекс ОРУ со стулом выполняется под музыкальное сопровождение.</p> <p>Предложить ребятам почувствовать соревновательный азарт и провести эстафеты на закрепление физических качеств и знаний по разным предметам. Дать название командам. Эстафеты проходят под музыкальное сопровождение. Надо следить за своим мячом и не отвлекаться на мяч другой команды.</p> <p>Подведение итога 1 место – похлопать, 2 место – потопать.</p> <p>Из слов надо составить пословицу о спорте. Побеждает команда, игроки которой первыми выполнили задание.</p> <p>Подведение итога 1 место – похлопать, 2 место – потопать.</p> <p>Называется одно из слов: «земля», «вода» или «воздух». Игрок должен быстро назвать животное, рыбу или птицу, обитающих в указанной среде.</p> <p>Соблюдать Т. Б. при кувырках,</p>
--	---	--	---

<p>пролезть в два обруча, добежать до стола, одной команде выбрать из картинок животное, которое относится к хищникам, другой команде животное которое относится к травоядным и вернуться к своей команде).</p> <p>Игра «Весёлая грамматика».</p> <p>- лингвистическая (когда прозвучит определение вида спорта, участник команды</p> <ul style="list-style-type: none"> - берёт из обруча предмет, используемый в нём, - бежит к доске, оставляет предмет в другом обруче, - записывает название вида спорта на доске, бежит на место и передаёт эстафету следующему участнику). <p>Игра кричалка «Это я, это я, это все мои друзья».</p> <p>- музыкальная (посередине зала стоят кругом 11 стульев. Вокруг которых стоят участники двух команд через одного. Учитель включает музыку, а дети с подпрыгиванием ходят по кругу около стульев. Как только музыка замолкает, они пытаются сесть на стул. Тот, кому стула не хватило, выходит из игры. Из круга забирают один стул, и игра продолжается до тех пор, пока не останется один стул. Выигрывает команда, чей участник завершит игру).</p> <p>Игра «Гол, штанга, мимо!»</p>	<p>2*</p> <p>5*</p> <p>1*</p> <p>5*</p> <p>1*</p>	<p>друг друга не толкать. Побеждает команда, игроки которой первыми выполнили задание. Подведение итога игры 1 место – похлопать, 2 место – потопать.</p> <p>Игра на знание русского языка.</p> <p>Внимательно слушать определение вида спорта, постараться без ошибок написать вид спорта. За ошибку снимается один балл. Подведение итога 1 место – похлопать, 2 место – потопать.</p> <p>Отвечайте громко, но Есть условие одно: Кое-где вы промолчите, А где нужно – там кричите!</p> <p>При проведении этой эстафеты других участников не толкать, стулья с места не сдвигать. Выбывший участник пока ждёт остальных участников занимается на мяче для фитнеса. Подведение итога игры 1 место – похлопать, 2 место – потопать.</p> <p>Одна команда кричит "Гол!", когда учитель показывает правой рукой в ее направлении. Другая команда кричит "Штанга!", когда учитель показывает левой рукой в ее направлении. Все кричат "Мимо!", когда учитель показывает двумя руками на обе команды.</p>
--	---	--

<p>З а к л ю ч и т е л ь н а я ч а с т ь у р о к а</p>	<p>- спортивная (участник ведёт волейбольный мяч клюшкой «змейкой» до стойки, обратно бежит с мячом и с клюшкой в руках и передаёт следующему участнику).</p> <p>III. Подведение итогов урока.</p> <p>- построение; - подведение итогов урока; - психологическое подкрепление.</p>	<p>2*</p> <p>3*</p>	<p>Стараться мячом не сбить фишки, далеко от себя мяч не отпускать. Отметить при подведении итогов эстафет положительные моменты каждой из команд.</p> <p>Предложить ребятам попробовать оценить самих себя, свои действия. Напомнить, что мы оцениваем не только хорошее выполнение технических элементов, но и эмоциональное состояние на уроке. Может быть, какое-то упражнение или элемент у вас не получились, это нормально, ведь способности и навыки нарабатываются постепенно и при постоянном совершенствовании технических элементов каждый приходит к своему положительному результату и достижению своих поставленных целей.</p> <p>Вопросы по уроку: вот и закончились наши весёлые старты. Вы узнали что-то новое для себя? <i>Выслушиваются ответы детей.</i></p>
--	---	---------------------	---