Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

«Гимназия «Исток»

г. Великий Новгород

Новгородской области

Конспект урока по физической культуре  
в 4 классе  
  
«Олимпийское движение, зимние олимпийские и паралимпийские игры Сочи 2014. Влияние физических упражнений на физическое развитие и развитие физических качеств»

подготовила

учитель физической культуры,

Баркалова Людмила Викторовна

г. Великий Новгород

2014

**Тема урока**: Олимпийское движение, зимние олимпийские и паралимпийские игры Сочи 2014. Влияние физических упражнений на физическое развитие и развитие физических качеств.

**Цель урока**: Развитие ценностного отношения к олимпийскому движению, обобщение и систематизация опыта об Олимпийском движении, зимних олимпийских и паралимпийских играх Сочи 2014 посредством игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные:**

* обобщение и систематизация опыта об Олимпийском движении;
* формирование образного представления о знаменитом празднике, его культурном значении и вкладе в мировую историю;
* расширение кругозора школьников, закрепление знаний о различных видах спорта, олимпийской символике, истории возникновения Олимпийских игр;
* формирование понимания важности влияние физических упражнений, на физическое развитие и развитие физических качеств;
* закрепление двигательных умений и навыков;
* развитие ловкости, быстроты, координации, укрепление здоровья.

**Развивающие**:

* развитие: коммуникабельности, умения слышать и слушать, умения работать в группах;
* удовлетворение потребности детей в двигательной активности;
* содействие укреплению здоровья, повышению функциональных возможностей организма;
* развитию скоростно-силовых двигательных качеств, морально-волевых (упорства, целеустремленности) качеств;

**Воспитательные**:

* приобщение детей к традициям большого спорта;
* развитие чувства дружбы, взаимопомощи, взаимовыручки, коллективизма;
* воспитание уважения к соперникам;
* воспитание патриотизма;
* привитие интереса к здоровому образу жизни;
* формирование умения анализировать результаты своей деятельности

**Вид урока**: обобщающий.

**Тип урока**: образовательно-тренировочный (деятельностный подход)

**Проблемная ситуация:**

Особенность времени проведение урока.

Интересные исторические факты.

**Структура урока.**

Вводная часть:

* организация подготовки учащихся к уроку;
* постановка цели урока и обеспечение ее восприятия учащимися;
* психофизиологическая подготовка учащихся к усвоению содержания урока и активная познавательно-рекреационно-двигательная деятельность учащихся;

Основная часть:

* обобщение и систематизация опыта об Олимпийском движении, зимних олимпийских играх Сочи 2014
* развитие двигательных качеств;
* воспитание духовно-нравственных и волевых качеств личности;
* контроль, оценка и анализ результатов учебной деятельности занимающихся;
* коррекция учебно-воспитательных воздействий;

Заключительная часть:

* снижение физической нагрузки учащихся;
* подведение итогов урока;
* организованное завершение.

**Планируемые результаты:**

*личностные*

* совершенствование двигательных навыков, умения проявлять физические способности (качества);
* расширение кругозора школьников (обобщение и систематизация опыта об Олимпийском движении, зимних олимпийских и паралимпийских играх Сочи 2014, формирование образного представления о знаменитом празднике, его культурном значении и вкладе в мировую историю)
* способность разделяться на группы и выбирать старшего группы.

*Метапредметные:*

* проявлять осознанную дисциплину и готовность отстаивать собственную позицию;
* владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, умение логически грамотно излагать, аргументировать собственную точку зрения.

*Предметные:*

* преодолевать трудности при выполнении учебных заданий;
* уметь обеспечивать безопасность мест занятий, спортивной одеждой.

**Оборудование:**

Спортивный зал.

Инвентарь: гимнастическая скамейка-1 шт., брусья -5 шт., маты -2 шт., обручи-10шт., скакалки 5шт., кубики-5 шт., клюшки -5шт., мячи мягкие: набор (по 2 на учащегося), конус -5шт., «факелы»- 5 шт., корзины-5 шт., красные ленты (по количеству учащихся), аудиоаппаратура.

**Ход урока:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Этапы урока | Деятельность учителя | время | Деятельность учащихся |
| Вводная часть  а) Организационная | 1.Построение.  Приветствие.  Сообщение темы урока  -Какое важное событие в истории нашей страны мы сейчас переживаем?  (зимние олимпийские и паралимпийские игры Сочи 2014)  -Наша страна готовилась к этому событию, строились спортивные объекты, наши спортсмены долго и упорно тренировались.  -Какие по счёту, зимние олимпийские игры? Какой итог зимних олимпийских игр Сочи 2014  -Каждый ли человек может стать участником олимпийских игр?  -Олимпийцами не рождаются, ими становятся, а подготовка начинается в школе.  -Сегодня за урок мы постараемся представить и почувствовать, как спортсмены готовились к олимпийским играм. Чтоб **олимпийцем** стать необходимо воспитать в себе волевые, физические качества, развить двигательные способности**.** | **3-4 мин** | Входит ученица  -Ура, физкультура, все на физкультуру!  Выбегают ещё двое учеников.  поют песню урок физкультуры  Класс заходит в зал.  Построение детей в одну шеренгу, приветствие.  Ответы учащихся |
| **б) разминочная** | Разминочная ходьба  Легкий бег (контроль строевых упражнений, скорости и равномерности бега)  -Легко бегом – марш!  Разновидности бега. Ходьба.  Перестроение из колонны по одному в 5 колон.  -Проверить равнение в колоннах.  -Налево, в левую сторону приставными шагами разомкнись.  -Право провести разминку предоставляется ребятам, которые уже связали свою жизнь со спортом  Демонстрация учителя контроль выполнения, корректировка.  *Общеразвивающие упражнения на месте*  **И.п.** - стойка ноги врозь, руки на пояс.  1-4 - наклоны головы вперёд, назад, вправо, влево.  **И.п**. - стойка ноги врозь, руки на пояс.  1- руки вверх, прогнуться, правая нога назад на носок;  2- И.п.  3 - руки вверх, прогнуться, левая нога назад на носок;  4- И.п.  **И.п.** - стойка ноги врозь, руки за голову.  1-2 - поворот туловища налево;  3-4 - то же направо.  **И.п.** - то же.  1- наклон туловища вперед, пальцами рук коснуться пола;  2- коснуться пола кулаками;  3 - коснуться пола ладонями;  4 - И.п.  **И.п**. - выпад правая нога вперёд, руки на поясе, левая на носок.  1-4 - пружинистые движения в выпаде;  5-8 - то же противоположной ногой.  **И.п. -** ноги на ширине плеч, руки на пояс.  1- полуприсед, руки вперёд;  2 - И.п..;  3 - присед;  4 - И.п.  **И.п.** -1-2-3прыжки на месте;  4 - Прыжки с поджимом ног к груди | 6 мин.  4раза.  4 раза.  4раза  4 раза.  1 раз.  4 раза  3-4 раза | Инструктаж по технике безопасности  . |
| Основная часть | Перестроения в 5 кругов.  -Сколько кругов?  -Что символизируют олимпийские кольца? -Символ олимпийских игр - пять колец дружбы, которые объединяют спортсменов нашей планеты.  -Каждое кольцо соответствует континенту.  -Какому цвету кольца соответствует континент: Африка, Австралия, Америка, Европа, Азия?  По одному представителю команды собрать символ олимпийских игр.  (каждая команда получает задания на карточках)  -Капитан следит за правильностью выполнения заданий, выполнив задание команда, переходит к следующему этапу.   * прыжки на скакалке-15 раз * сгибание рук в висе лёжа-10 раз * поднимание ног – 15 раз * прыжки на скамейке-10 раз * сгибание рук в упоре лёжа-10 раз   Подведение итогов. Команды собираются в общий круг. Капитаны анализируют деятельность команд.  -Я думаю, Вы готовы почувствовать себя участниками олимпийских игр Сочи 2014, заслужить право считаться юными олимпийцами.  Парад команд:  -Один из главных ритуалов Олимпийских игр - торжественное открытие. В него входят парад участников и показательные выступления. Давайте вспомним, как открывался праздник. Каждая команда получает импровизированный факел и за факелоносцами идут на стартовую линию . | **22-23 мин** | Поднимают вверх, затем оставляют в центре выкладывают из пяти разноцветных обручей  Олимпийский символ – пять колец  Выполняют  упражнения  Ответы учащихся |
|  | -Сейчас мы проведём с вами малые олимпийские игры  (Выбор судей) |  |  |
| **Олимпийский огонь**  -Чтобы начать игры нам нужно зажечь олимпийский огонь  Рекомендации: По сигналу первые номера, высоко подняв факел, обегают разворотную стойку и передают эстафету вторым номерам, и т.д. последний оставляет факел на подставке. Побеждает команда, которая закончит эстафету первой. |  |
| **Хоккей**  рекомендации:  По сигналу учителя первые номера клюшкой ведут кубик до разворотной стойки и обратно, затем передают инвентарь вторым номерам, и т.д. Побеждает команда, которая закончит эстафету первой |  |
| **Конкурс знатоков**   1. Кто был организатором возобновления Олимпийских игр современности? 2. В каком порядке идут команды во время открытия Олимпийских игр? 3. Из скольких слов состоит олимпийский девиз? 4. Ценности паралимпийского движения 5. Что представляет собой логотип игр в Сочи? | Капитан отвечает на вопрос |
| **Биатлон**  рекомендации:  По сигналу учителя дети берут два мячика, бегут до линии выстрела, бросают их в мишень, желательно один правой и один левой рукой, возвращаются.  Побеждает команда, у которой больше всего попаданий |  |
| **Бобслей**  рекомендации:  В руках у первых двух игроков каждой команды - обруч. По сигналу учителя учащиеся вдвоем залезают в обруч, бегут до разворотной стойки, огибают ее, возвращаются к своим  командам, высаживают одного члена экипажа, берут в обруч |  |
| Заключительная часть: | Пока подводятся итоги, каждой команде предлагается заполнить карточку для самоанализа деятельности на уроке (приложение)  Подведение итогов.  Перестроение команд в общий круг.  -Вспомните, что вы чувствовали, когда узнали, что в олимпийских играх победила наша страна. (Радость, гордость, восхищение).  - Чего вы ожидаете от зимних паралимпийских игр в России?  -Для чего проводятся олимпийские игры (чтобы сплотить сдружить народы нашей планеты.)  -Наши команды заслужили право считаться юными олимпийцами.  (каждому вручается красная ленточка)  (движения под музыку, символизирующие огонь)  -Чему посвящён сегодня урок?  -Вы смогли почувствовать себя спортсменами олимпийцами?  Хочу похвалить ребят. Вы молодцы!  -Сейчас идут паралимпийские игры, и мы будем поддерживать спортсменов.  -Что вы хотите пожелать нашим спортсменам?  (Впервые на церемонии открытия IX летних Игр, как символ мира на стадион были выпущены голуби)  -Я предлагаю загадать пожелания и послать пожелания наши спортсменам с голубем мира.  Окончание урока | **7 мин** | Встают в круг поднимают руки вверх ленточками взмах  Выполняют движения под музыку  Пускают «голубей»- самолётики  Завершают девочки музыкальной зарисовкой |

Приложение.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Фамилия Имя | Знаю историю зимних олимпийских паралимпийских игр | Умею высказывать своё мнение, излагать свои знания | Умею выполнять физические упражнения | Умею работать в команде | Выполняю задания учителя | Знаю и выполняю правила техники безопасности | оценка |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

**Список использованной литературы**

1. В. С. Родниченко и др.Твой олимпийский учебник: учеб. пособие для учреждений образования России - М., 2003.
2. Журнал «Спорт в школе», Январь 2014, издательский дом 1september.ru
3. В. И. Лях, А. А. Зданевич, Комплексная программа физического воспитанияучащихся.

1-11 классы. - Издательство «Просвещение»,2010 г.

**Использованные материалы и Интернет-ресурсы**

1. <http://www.sochi2014.com/>
2. Песня «Физкультура»
3. Песни из альбома Олимпийские Игры - Сочи 2014