

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА УРОКА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ 4 КЛАСС

УРОК ПО ТЕМЕ: «ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»

Аннотация

Данная разработка представляет собой разнообразные спортивные игры, эстафеты, соревнования, тестовые задания позволяют учителю сделать уроки физкультуры увлекательными и интересными.

Оглавление

1. Введение .
2. Конспект урока в 4 классе по теме «Подвижные игры» .
 1. Методы обучения.
 2. Формы деятельности.
 3. Организационно-содержательные приемы .
 4. Средства обучения.
1. Заключение.
2. Библиографический список.

Введение

Использование подвижных игр на уроках физической культуры способствует воспитанию у учащихся младших классов положительных черт характера, создает благоприятные условия для воспитания дружеских отношений в коллективе, взаимопомощи. Игры проводятся летом и зимой на открытом воздухе, что является эффективным средством закаливания организма ребенка.

Проблема:

Снижение двигательной активности детей в сочетании с нервно-психическими перегрузками - это постоянная печальная составляющая школьной жизни. Результаты мониторингов подтверждают нарастающую подверженность детей хроническим заболеваниям, ухудшение общего состояния их здоровья

Целью деятельности на подобных уроках физической культуры является активное и методически грамотное использование подвижных игр в процессе физического воспитания обучающихся.

При выборе игры для урока необходимо предусматривать педагогическую задачу, которая должна быть решена игрой;

- место игры в уроке;
- основное двигательное содержание игры;
- физическую и эмоциональную нагрузку;

- состав детей по возрасту, полу и физической подготовленности;
- место проведения игры и необходимые пособия;

Разработка заключается в том, что подвижные игры - это игры направленные на общефизическое развитие детей и подростков. Сложные и разнообразные движения игровой деятельности вовлекают в работу все мышечные группы, способствуя развитию опорно-двигательного аппарата, нормальному росту, укреплению различных функций и систем организма и формированию здоровой осанки. Актуальность данной темы обусловлена еще и тем, что наша школа является школой здоровья. У нас введен 3-й урок физкультуры, оздоровительная физкультура, динамический час в начальной школе, физкультминутки на уроках, музыкально-подвижные переменки.

Конспект

урока по подвижным играм для учащихся 4-го класса

Тема урока: «Подвижные игры».

Задачи урока:

1. Развитие быстроты, выносливости, ловкости.
2. Повысить общую координацию движения.

Инвентарь и оборудование: мяч волейбольный, маска медведя.

Место проведения: спортивный зал.

Ход урока

№	Части урока, их краткое содержание	Дозировка	Организационно-методические указания
I	Подготовительная часть	5 мин	Особое внимание обратить на внешний вид учащихся. Сообщить задачи урока.
2	Построение, расчет, приветствие	1 мин	
3	Ходьба: - на носках - на пятках - на внешнем своде стопы - на внутреннем своде стопы	2 мин	При ходьбе на носках руки поднять вверх, ладони во- внутрь, во время ходьбы на пятках руки за голову в замок. Полуприсяди руки на пояс. При ускоренной ходьбе руки согнуты в локтях.
4	Медленный бег: - бег с высоким подниманием бедра - бег с захлестыванием голени	2 мин	Обратить внимание на технику выполнения беговых упражнений, следить за осанкой учащихся.
5	О.Р.У. в движении: а) кисти рук к плечам 1-4 вращения руками вперед, 1-4 назад б) 1-2 скрестные движения руками,	2 мин 6-8 раз 6-8 раз	Следить за четкостью выполнения упражнений. Темп средний

	3-4 прямые руки в стороны		
II	Основная часть	24 мин	
1	Игра «У медведя во бору»	8 мин	Когда медведь поймает 4-5 человек, назначается новый медведь. Площадка для игры обозначается фишками.
2	Игра «Мяч вверх»	8 мин	
III	Заключительная часть. Упражнения на восстановление дыхания. Подведение итогов урока.	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;

Средства обучения:

- рассказ,

Заключение

В подвижных играх широко раскрываются возможности соревновательно- игрового метода с целью развития физических качеств школьников. При правильном использовании данного метода дети всегда

увлечены, внутренне подтянуты. И такое их отношение объясняется тем, что в соревновании каждый выступает с позиции успеха своей команды. А это увлекает всех участников игры. Кроме того, соревновательно - игровой метод помогает формировать у занимающихся целевую установку на осознанное развитие физических качеств.

Условием успешного внедрения народных игр в жизнь учащихся младших классов всегда было и остается глубокое знание и свободное владение обширным игровым репертуаром, а также методикой педагогического руководства.

Библиографический список

1. Литвинова М.Ф. Русские народные подвижные игры./ М.Ф. Литвинова.- М.: «Просвещение», 1986. - 79с
2. Надеждина В.В. 130 домашних игр для детей и родителей./ В.В.Надеждина.- М.: «Харвест», 2007.
3. Осокина Т.И., Кенеман А.В. Детские подвижные игры народов СССР./ Т.И. Осокина, А.В. Кенеман. – М.: «Просвещение», 1988. – 239с.

Подвижные игры № 1

« У медведя во бору » (бег)

На одном конце площадки чертится круг – берлога медведя, на другом – дом для играющих детей. Дети идут из дома к берлоге со словами: « У медведя во бору грибы, ягоды беру. А медведь глядит и на нас рычит».

После этих слов медведь выбегает из берлоги и начинает ловить играющих. Дети стараются убежать в свой дом.

Когда медведь поймает 4 – 5 человек, назначается новый медведь.

Подвижные игры № 2

«Мячик кверху»

Участники игры встают в круг, водящий идет в середину круга и бросает мяч со словами: «Мячик кверху» Играющие в это время стараются как можно дальше отбежать от центра круга. Водящий ловит мяч и кричит: «Стой!» Все должны остановиться, а водящий не сходя с места, бросает мяч в того, кто стоит ближе всех к нему. Запятнанный становится водящим. Если же он промахнулся, то остается вновь водящим: идет в центр круга, бросает мяч кверху – игра продолжается. Водящий бросает мяч как можно выше. Разрешается ловить мяч и с одного отскока от земли.

Подвижные игры № 3

«День и ночь»

На некотором расстоянии друг от друга проводятся две линии. У одной линии выстраиваются мальчики, у другой – девочки. Ведущий между ними. Команда мальчиков – «Ночь», а команда девочек – «День». По команде «Ночь!» мальчики ловят девочек, по команде «День!» девочки ловят мальчиков. Осаленные переходят в команду соперника.