Муниципальное общеобразовательное учреждение

«Основная общеобразовательная школа № 11»

*Конспект открытого урока*

*по физической культуре*

*для учащихся 4 класса*

**«МЫ ВЕСЕЛЫЕ РЕБЯТА!»**

Разработал

учитель физической культуры

Напалко Ю.Е.

с. Александровское

**Цель**: провести эстафеты с предметами, определение уровня физической подготовленности учащихся.

**Формируемые УУД:**

*предметные* – организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью общеразвивающих упражнений и эстафет с предметами;

*метапредметные* – принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие цели и пути их достижения; планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности; проявлять готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества; адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

*личностные* – развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.

**Инвентарь:** секундомер, свисток, скакалки – 2 шт., волейбольные мячи – 2 шт., баскетбольные мячи – 2 шт., эстафетные палочки – 2 шт., корзины для малых мячей – 2 шт., малые мячи по количеству учащихся, 4 листа картона, набивные мешочки с песком – 2 шт., грамоты, мел, переносная доска.

**ХОД УРОКА**

1. **Вводная часть.**
2. *Построение. Организационные команды.*

(Учитель проводит построение, знакомит учащихся с планом урока).

2. *Разминка.*

Выполняются беговые упражнения: приставной правым и левым боком, бег с высоким поднимание бедра, бег с захлестом голени, скрестный шаг правым и левым боком, подскоки, круговые движения руками, руки назад в замок – на каждый шаг, наклон туловища, руки поднять вверх, руки перед грудью – на каждый шаг поворот туловища вправо и влево, махи, выпады, подскоки.

Перестроение класса в две колонны для проведения эстафет. Дети выбирают названия команд…

**II. Основная часть.**

1. *Эстафеты с предметами.*

Учитель напоминает технику безопасности при проведении эстафет.

**ЭСТАФЕТЫ:**

**« Бег со скакалкой».** Первый участник «садится» на скакалку и бежит туда и обратно, прибегает «сажает» второго и они вместе бегут, затем первый остается в команде, а второй берет третьего участника и они пробегают заданную дистанцию, затем второй остается в команде, третий участник берет четвертого и т.д., последний участник бежит сначала в паре, оставляет участника своей команды и бежит один.

**«Ведение баскетбольного мяча».** Первый игрок ведет баскетбольный мяч туда и обратно, становится последним и передает мяч первому, прокатывая его под ногами всей команды. Игрок, получивший мяч, выполняет ведение и точно также передает эстафету следующему. Последний игрок таким же образом возвращает мяч капитану.

**«Необычное ведение».**  Капитану команды дается волейбольный мяч и эстафетная палочка. Необходимо эстафетной палочкой провести волейбольный мяч туда и обратно, передать эстафету следующему игроку. Сильно мяч бить нельзя, если мяч уходит с прямой линии, его необходимо вернуть на свою сторону и продолжить эстафету.

**«Меткий стрелок».** Напротив команд ставится корзина для малых мячей и на одинаковом расстоянии (2 м) чертится линия. Каждому участнику команды дается по малому мячу. Необходимо добежать до линии, выполнить точный бросок в корзину, т.е. попасть мячом в корзину, вернуться в свою команду и передать эстафету следующему участнику. Засчитывается количество попаданий мячом в корзину.

**«Бег по кочкам».** Командам дается по два листа картона одинакового размера. Первый участник становится на один лист картона, второй кладет так, чтобы на него можно было наступить, достать первый лист и переступить на него. Таким образом продвигаться до стены и обратно, передав листы картона следующему участнику команды.

**«Передача мяча».** Команды выполняют размыкание вперед на вытянутые руки. Капитану дается волейбольный мяч. Необходимо сначала передать мяч над собой, последний, получив мяч, передает его под ногами, капитан передает мяч справа, последний участник начинает передавать мяч слева. При этом мяч не должен касаться пола, если мяч уронили, его необходимо поднять и начать эстафету сначала.

**«Увлекательное толкание».** Командам дается по волейбольному мячу. Первый участник становится на четвереньки и выполняет толкание мяча головой. Необходимо потолкать мяч до стены и обратно, передать мяч следующему участнику команды.

**«Пронеси – не урони».** Командам дается по мешочку с песком. Первый участник кладет мешочек на голову и выполняет ходьбу или бег с мешочком на голове до стены и обратно. При этом мешочек нельзя придерживать руками, если он упал, его необходимо поднять и продолжить выполнение эстафеты.

**«Необычная пара».** Командам дается по волейбольному и баскетбольному мячу. Необходимо прокатить руками мячи до стены и обратно, чтобы они сильно не раскатывались по сторонам. Передать эстафету следующему участнику команды.

**III. Заключительная часть.**

Учащиеся заканчивают играть за 3-4 мин. до конца урока. Учитель проводит построение, подводит итог соревнований, выставляет оценки, хвалит за успехи, награждает команды грамотами.

*Домашнее задание*: поднимание туловища из положения лежа.