

МБОУ «Берёзовская средняя школа имени С.Н.Климова»

**Конспект
открытого урока по физической
культуре**

в 4 классе

тема:

«Подвижные игры как средство повышения двигательной
активности»

Подготовил и провел
учитель физической культуры
Вервейко Сергей Григорьевич

Берёзовка

2013

Цели урока:

1.Образовательная:

Закрепление подвижных игр «У медведя во бору», «Хитрая лиса», «Охотник и зайцы». Развитие основных двигательных способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливость).

2. Воспитательная:

Развитие навыков взаимодействия в игровых групповых заданиях, творческое воображения. Воспитывать выдержку и самообладание в соревновательно–игровой деятельности.

Инвентарь: гимнастические палки, мультимедийное оборудование.

Тип урока: Сюжетно – ролевая игра.

Ход урока

1.Вводная часть – 15 минут

Построение в одну шеренгу, рапорт. Приветствие.

Звучит музыка из телепередачи «В мире животных».

Учитель: « Ребята, вы любите путешествовать? А животных вы любите? Тогда я предлагаю вам на этом уроке отправиться в научно-спортивную экспедицию «В мире животных».

Перестроение в колонну по одному.

Отправляемся в путь: (показать на экране картинку с изображением дороги).

1. Упражнения на коррекцию осанки: ходьба по залу в колонне по одному обычным шагом, на носках, на пятках, на внешней стороне (внутренней) стопы .

Путешественникам приходится преодолевать дремучие леса: (показать на экране картинку с изображением дремучего леса).

Ходьба в низком приседе руки на коленях спина прямая.

2. Бег с высоким подниманием бедра, с захлестыванием голени назад, многоскоки, приставным в право (в лево), бег спиной вперед. в низком приседе руки на коленях спина прямая.

Переплывать реки большие глубокие: (показать на экране картинку с изображением реки)

3. Бег змейкой, переход на шаг, упражнения на восстановления дыхания.

Размыкание приставным шагом на вытянутые руки в левую сторону.

4. Выполнение комплекса ОРУ с гимнастической палкой.

« Много опасностей подстерегает отважных путешественников, поэтому им необходимо не только под ноги смотреть, но и по сторонам оглядываться.

1) И.п.- основная стойка, палку взять за концы прямыми руками, хватом сверху.

1 – поворот головы на право, палку на грудь;

2 – голову вверх, палку вниз;

3 – поворот головы налево, палку на грудь;

4 – голову опустить на грудь, палку вниз. Повторить (5 – 7 раз).

« Приходиться преодолевать глубокие реки на лодке» (показать на экране картинку с изображением лодки на реке).

2) И. п. – стойка ноги врозь на ширине плеч, палка горизонтально вперед.

1 – круговое движение палкой слева;

2 – и. п.;

3 – круговое движение палкой справа;

4 – и. п. Повторить (5 – 7 раз).

Сначала можно плыть на веслах. Но потом течение становится быстрее, и путешественники берут в руки шесты. Они упираются ими в каменистое дно реки и сильно отталкиваются (показать на экране картинку с изображением плота на реке).

3) И. п. – стойка ноги на ширине плеч, палка опущена вертикально вниз – держится двумя руками за верхний конец.

- 1 – палка приподнимается;
- 2 – наклон вперед, руки вытянуты, палка упирается в пол;
- 3 – с силой оттолкнуться, поднять корпус;
- 4 – и. п. Повторить (5 – 7 раз).

Но вот река осталась позади, мы вышли на берег. Но теперь на нашем пути встают высокие горы! Но и через них можно перебраться. Нам предстоят спуски и подъемы (показать на экране картинку с изображением гор).

4) И. п. – стойка ноги врозь, палка внизу.

- 1 – наклон вперед, палку на пол (выдох);
- 2 – выпрямиться, руки вверх (вдох);

Продвигаемся вперед и на пути густые, труднодоступные леса, где много бурелома (показать на экране картинку с изображением леса с буреломом).

5) И. п. – основная стойка, палка внизу.

- 1 – перешагнуть правой ногой через палку;
- 2 – перешагнуть левой ногой через палку;
- 3 – перешагнуть назад правой ногой через палку;
- 4 – перешагнуть левой ногой.

Много в лесу грибов, ягод (показать на экране картинку с изображением грибов и ягод в лесу).

6) И. п. основная стойка, руки согнуты, палка находится на уровне пояса.

- 1 – присесть, палку положить справа от ступней;
- 2 – основная стойка, руки на поясе;
- 3 – присесть, взять палку;
- 4 – и. п.;
- 5 – присесть, палку положить слева от ступней;
- 6 – основная стойка, руки на поясе;
- 7 – присесть, взять палку; 8 – и. п.

2.Основная часть – 25минут

В лесах Европы, Азии (показать на карте, где они находятся), живут медведи (показать на экране картинку с изображением медведя). Медведь один из самых крупных хищных зверей на земле. У взрослого медведя нет серьезных врагов, кроме человека. Эти животные едят почти все – от корней и насекомых до рыбы и оленей. Бурые медведи на полгода впадают в спячку. Медвежата появляются на свет зимой. Медведица рождает детей в темной берлоге. Новорожденный медвежонок величиной с рукавичку, весит всего двести – триста граммов.

Игра «У медведя во бору».

Ход игры;

На одном конце площадки чертятся круг – берлога медведя. На другом - дом для играющих детей. Дети идут из дома по направлению берлоги и говорят: «У медведя на бору грибы, ягоды беру. А медведь глядит и на нас рычит».

После этих слов медведь выбегает из берлоги и начинает ловить (салить) играющих. Дети стараются убежать в свой дом, где их ловить запрещается, или разбегаются по площадке в разные стороны, стараясь не попасться медведю.

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

Пойманные (осаленные) дети находятся в берлоге до назначения нового медведя.

В Европе, Азии (показать на карте) живут лисы (показать картинку лисы) новорожденные лисята очень похожи на волчат и отличаются от них только окраской кончика хвоста. У лисят он белый, а у волчат – серый. Охотники рассказывают, что спасаясь от собак, лиса залезает на деревья.

Игра « Хитрая лиса».

Ход игры;

Играющие стоят по кругу на расстоянии одного шага друг от друга. В центре круга очерчивается дом лисы. Учитель предлагает играющим закрыть глаза. Дети закрывают глаза, а учитель обходит круг (за спинами детей) и дотрагивается до одного из играющих, который становится хитрой лисой.

Затем учитель предлагает играющим открыть глаза и внимательно посмотреть, кто из них хитрая лиса – не выдаст ли она себя чем–нибудь. Играющие три раза спрашивают хором (с небольшими промежутками), «Хитрая лиса, где ты?» При этом все смотрят друг на друга. После трехкратного произнесения этих слов хитрая лиса быстро выходит на середину круга, поднимает руку и говорит: «Я здесь!» Все играющие разбегаются по площадке, а лиса их ловит. Пойманного, то есть того играющего, до которого она коснулась рукой, лиса отводит к себе в дом.

Заяц (показать на экране картинку с изображением зайца) тоже лесной житель. Меняет окраску по сезонам, изменение окраски сопровождается сменой меха. Летом цвет меха на спине коричнево – бурый с черноватой рябью. Зимой мех белый. Единственное средство защиты от хищников умение быстро бегать.

Игра « Охотник и зайцы».

Ход игры;

Выбирают водящего – охотника, все остальные – зайцы. Охотник находится на одной стороне площадки. Здесь его дом. Зайцы размещаются на противоположной стороне, начертив на земле круг – это их домик. Они заранее сговариваются, что будут показывать охотнику, например: как делают зарядку, как едят морковку, как собирают грибы в лесу. Затем все зайцы идут к охотнику. Охотник спрашивает:

- Где вы были, зайцы, что делали?

Все хором отвечают:

- Где мы были, мы не скажем, а что делали – покажем!

И начинают движениями изображать задуманное.

Охотник старается отгадать, что они показывают, и говорит об этом. Если отгадает, то все кричат: «Да!» и убегают к себе в дом. Охотник ловит их. Если не угадает, все кричат «Нет!» и продолжают изображать задуманное.

Кого охотник поймает, тот идет к нему в дом и в следующий раз помогает ему отгадывать, что задумали зайцы.

3. Заключительная часть – 5 минут.

Учитель; « Вот и заканчивается наше путешествие. Обрато возвращаемся по морю. Мы сможем насладиться шумом моря и спокойно подышать свежим морским воздухом».

Учащиеся изображают:

1 – шум моря – глубокий вдох и медленный выдох – ш- ш- ш ;

2 – шум морского ветра – глубокий вдох и медленный выдох;

3 – шум набегавшей волны прибоя – у-у-ух;

4 – гудение парусов – а-а-а.

Учитель: « В этом спокойном состоянии мы заканчиваем наше путешествие. Наш урок подошел концу. Молодцы! Вы отлично справились с заданием».