

План-конспект открытого урока по физической культуре.

Учитель: Балбин П.В.

Класс: 5

10.02.2023г.

Тема урока: «Моё здоровье – это моё личное дело?!»

Место проведения урока: спортивный зал.

Тип урока: Урок с образовательно-познавательной направленностью.

Цель: формирование ценностного отношения учащихся к своему здоровью и здоровью окружающих.

Задачи:

- развитие глобальных компетенций.
- изучить вопрос о здоровье и его влияния на жизнь нынешнего и будущего поколения.
- расширить представление учащихся о здоровом образе жизни;
- способствовать формированию положительного отношения к здоровью как величайшей ценности;
- воспитывать бережное отношение к своему здоровью и желание вести здоровый образ жизни.
- развить физические качества: ловкость, быстроту, координацию движений.

Планируемые результаты:

Личностные УУД:

- готовность и способность вести диалог и достигать в нем взаимопонимания;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни;
- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы взаимодействия с партнёрами во время учебной, игровой деятельности.

Метапредметные УУД.

Регулятивные: - понимать учебную задачу урока; определять цель учебного задания;

- контролировать свои действия в процессе выполнения.

Познавательные: - использовать приобретенные способы действия на практике;

- овладение умением видеть проблему и желанием её решить.

Коммуникативные: - умение обмениваться мнениями, слушать одноклассников и учителя;

- умение обсуждать индивидуальные результаты деятельности;

- владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физическими упражнениями, их планирования и наполнения содержанием.

Предметные УУД:

- совершенствовать двигательные умения в подвижных играх.
- применять знания в различных ситуациях.

Методы: словесный, наглядный, фронтальный, групповой.

Технологии: здоровьесберегающая, игровая, информационно-коммуникативная.

Оборудование и инвентарь: волейбольный мяч, фитбол, волейбольная сетка.

Технологическая карта урока.

№ п/п	Дидактическая структура урока	Содержание взаимодействия с учащимися	Деятельность учителя	Деятельность учеников
1.	Организационный момент	Построение в одну шеренгу. Выполнение строевых команд. Беседа, постановка цели и задач урока.	Создает условие для концентрации внимания. Проверяет готовность обучающихся к уроку, контролирует четкости выполнения команд.	Учащиеся оценивают свою готовность к уроку (наличие спортивной формы, самочувствие). Демонстрируют умение выполнять строевые команды в шеренге и колонне. Отвечают на вопросы, ведут активную беседу с учителем.
			- Ребята, для чего дети, взрослые занимаются физкультурой?	(Ответы детей) - Что бы быть здоровыми, физически развитыми.
			- Ваше здоровье зависит от вас? А зависит ли ваше здоровье от окружающих (родителей, друзей, одноклассников, жителей города...)	(Ответы детей)

			- Ребята, задайте себе вопрос: «Моё здоровье – это моё личное дело?». Пока мы будем делать разминку, и общеразвивающие упражнения, прошу подумать над вашим ответом. Этот вопрос и будет темой нашего сегодняшнего урока. Так же мы познакомимся с подвижной игрой «Передай мяч»	
2.	Актуализация знаний.	Выполнение строевых команд в движении. Ходьба. Бег. ОРУ на месте. Беседа.	Обращает внимание на прямую осанку во время ходьбы (на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, спиной вперед, с наклоном), указывает дистанцию. Проверяет правильность выполнения упражнений. Задает медленный темп во время бега. Дает команды с учетом техники безопасности для бега. Перестраивает из одной колонны в три шеренги для выполнения ОРУ. Проверяет правильность выполнения заданий учащихся.	Соблюдают дистанцию во время движения и технику безопасности. Правильно выполняют упражнения. Учащиеся бегут в легком темпе в колонне по одному, по команде переходят на шаг. Перестраиваются из одной колонны в три шеренги с указанной дистанцией. Выполняют ОРУ под счет с большой амплитудой. Перестроение в колонну по одному.
3.	Повторение пройденного	Совершенствование техники передачи и ловли мяча (двумя	Организует работу в парах. Демонстрирует технику передачи и ловли мяча. Исправляет ошибки, если имеются.	Выполняют передачи мяча в парах соблюдением техники безопасности при работе с мячом.

	материала.	руками от груди, одной рукой от груди). Повторение правил техники безопасности при работе с мячом.		
4.	Изучение нового материала.	Освоение новой игры «Передай мяч». Диалог с детьми на тему здоровья.	В беседе мотивирует учащихся на предстоящую работу, помогает наводящими вопросами.	
			<i>-Давайте попробуем определить, от чего зависит наше здоровье?</i>	(Ответы детей) <i>-Здоровый образ жизни</i> <i>- Медицина</i> <i>-Экология</i> <i>- Наследственность</i>
			<i>- На магнитной доске вы видите уже знакомый вопрос: «Моё здоровье – это моё личное дело?». Прошу вас взять маркеры и каждому поставить «+» в колонке: «ДА» или «НЕТ».</i> <i>- Спасибо, за работу!</i>	Работают на магнитной доске, заполняют таблицу. (Ответы детей) <i>Большинство детей (из практики) ставят «+» в колонку «ДА»</i>
			Объясняет правила подвижной игры «Передай мяч». <i>- Ребята, посмотрите, что у меня в руках</i>	Учащиеся играют в подвижную игру, с соблюдением правил игры и техникой безопасности.

			<p><i>(мяч, на котором надпись – вирус). Мы становимся с вами в большой круг. Ваша задача - перекидывать друг другу мяч двумя руками, в любом порядке. Если кто-то не смог поймать мяч (вирус атаковал), тогда, бросающий игрок, отнимает у не поймавшего какую-то часть тела (язык – молчит, правую руку – ловит только левой, левую ногу – стоит только на правой ноге и т.д...) Когда игрок не в состоянии ловить мяч (заболел), он садится в центр круга. Игра завершается, когда в круге остается стоять двое игроков – победителей.</i></p>	
			<p>Следит за соблюдением правил игры, правильным выполнением техники передачи и ловли мяча в игре.</p> <p>Организует беседу, помогает наводящими вопросами.</p> <p><i>- Ребята, у нас осталось двое здоровых игроков, остальных поразил вирус. Сегодня все ученики идут домой с вирусом.</i></p> <p><i>Что же надо делать, чтобы не болеть, чтобы вирус не одолел?</i></p> <p><i>Продолжим игру, распределившись по ролям, половину детей одеваю бейджики с новыми ролями: «мама», «папа», «бабушка», «дедушка», «подруга с другой школы», «друг</i></p>	<p>Играют в игру, распределившись по ролям.</p> <p>Надо поддерживать физическую форму, тенироваться и закаляться.</p>

			<p><i>с другой школы».</i></p> <p>Игра продолжается по тем же правилам.</p> <p><i>-Ребята, у нас снова появились пораженным вирусом, посмотрим, кто это на этот раз?</i></p>	
			<p><i>- Завтра наши новые герои пойдут, кто в школу, кто на работу, а кто-то на почту.</i></p>	<p>(Ответы детей)</p> <p>«мама», «папа», «бабушка», «дедушка», «подруга с другой школы», «друг с другой школы».</p>
			<p><i>Ребята, что вы можете сказать по этому поводу. Какие мысли у вас появились, играя в эту игру, находясь в разных ролях?</i></p>	<p>(Ответы детей)</p>
5.	Закрепление знаний.	<p>Работа с карточками на магнитной доске.</p> <p>Усложнённая игра «Передай мяч».</p>	<p><i>- Давайте поработаем на магнитной доске, нужно закончить предложение, предлагая различные варианты ответов.</i></p> <p>«Заботясь о своем здоровье, я забочусь...»</p>	<p>Работают на магнитной доске, заполняют таблицу.</p> <p>(Ответы детей)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Об окружающих • О своей семье • О своих будущих детях...
			<p><i>- Вернемся к теме нашего урока и главному вопросу: «Моё здоровье – это моё личное дело?»</i></p> <p><i>Я вижу, что ребятам есть что сказать, ваши мнения изменились? Почему?</i></p> <p><i>Предлагаю вернуть к нашей первой таблице, кто хочет исправить свой ответ, укажите стрелкой переход своего «+» в другую колонку.</i></p>	<p>(Ответы детей)</p> <p>Большинство детей (из практики) переносят «+» из колонки «ДА» в колонку «НЕТ»</p>

			Игра – «Передай мяч» усложняется, ребята делятся на две команды, выполняют передачу мяча через волейбольную сетку. Каждое касание мяча пола, приносит выигрышное очко команде соперников.	Играют в игру, соблюдая новые правила.
6.	Рефлексия.	Ходьба. Подведение итогов урока. Игра «Пожелания».	<p>Стимулировать учащихся к самоанализу результативности собственной деятельности на уроке.</p> <p>Подведение итогов урока: оценка степени решения задач, выявление мнений учащихся о результативности их деятельности, обобщение высказываний учащихся, выделение лучших и выставление оценок за урок.</p> <p><i>- Ребята, здоровье всех людей – это величайшее богатство всего государства. В завершении нашего урока, предлагаю вам простую, но очень важную игру (учитель держит в руках фитбол с надписью - здоровье). В нашей игре, каждый передает мяч партнеру слева и говорит ему добрые пожелания.</i></p> <p><i>- Спасибо за урок!</i></p>	<p>Ходьба. Выполнение дыхательных упражнений для восстановления.</p> <p>Высказывания учащихся.</p> <p>Передача фитбола в кругу или шеренге. Пожелания учащихся.</p>