Урок гра «Наш веселий, дзвінкий м'яч», 4 клас

Тема: Удосконалення вправ з різними видами м'ячів на уроці-грі «Наш веселий, дзвінкий м'яч.»

Мета: Ознайомити з різними видами м'ячів, закріпити їх назви і призначення, дати можливість порівняти, виявити схожість і відмінності.

Завдання:

1. Закріпити комплекс вправ для формування правильної постави та профілактики сколіозу.

2. Вчити правильному положенню рук при ловлі і кидках м'яча, веденні м'яча;

3. Розвивати увагу, швидкість реакції, силу рук;

4. Виховувати почуття взаємодопомоги, товариства, бажання дізнатися нове про навколишнє середовище.

Інвентар: тенісні кульки, тенісні м'ячі, баскетбольні м'ячі, волейбольні м'ячі, футбольні м'ячі, гумові м'ячі, м'ячі для регбі.

Місце проведення: спортивний зал.

Форма проведення: урок-гра.

**ХІД УРОКУ**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | | | **Зміст навчального матеріалу** | **Дозування** | | **Організаційно-методичні вказівки** |
| 1 | | | 2 | 3 | | 4 |
| **I Підготовча частина (10-12 хв.)** | | | | | | |
| 1 | | | Шикування, рапорт, повідомлення завдань уроку.  Вчитель «Сьогодні на уроці ми будемо виконувати вправи з різними видами м'ячів, будемо вдосконалювати навички ведення, кидка, ловіння м'яча.»  Вимірювання ЧСС | До 1 хв. | | Контроль за поставою дітей.  Націлити на основне завдання.  Проконтролювати самопочуття дітей. |
| 2 | | | Організуючі вправи на місці | До 1 хв. | | Повороти «ліворуч», «праворуч», «кругом». Звернути увагу на важливість дотримання правил безпеки. Задати темповий режим роботи кожній з медичних груп. |
| 3 | | | Вчитель: « Хлопці і дівчата, давайте візьмемося за руки. Я бажаю вам здоров'я, всім бути добрими і веселими. Давайте посміхнемося один одному. Сьогодні ми з вами вирушимо в країну веселих, дзвінких м’ячів». | До 1 хв. | |  |
| 4 | | | Правила техніки безпеки на уроці під час виконання вправ. | До 30 сек. | | Нагадати основні положення техніки безпеки методом інтерактивного опитування. |
| 5 | | | Вчитель: «Високо літає. Йому діти дуже раді, Бо ним кожен грає.» | До 1 хв. | | C:\Users\user\Desktop\849096.jpgВідгадка :( Гумовий м’яч) |
| 6 | | | Комплекс вправ для формування правильної постави та профілактика сколіозу.  Ходьба:  -звичайна (ідучи, взяти м’яч);  -на носках (м’яч вгору)  - на п’ятках (м’яч за голову)  - за зовнішній стороні ступні (м’яч за спину);  - на внутрішній стороні ступні;  - з відведенням рук назад – вгору на кожен крок. | До 2 хв. | | Вправи виконувати в колону по одному з м’ячем у руках.  Дистанція 2 м.  Стежити за положенням правильної постави. |
| 7 | | | Комплекс ЗРВ з м’ячем :  - перекиданням м’яча з руки в руку;  -з поворотами м’яча ліворуч – праворуч на витягнутих вперед руках;  - з переведенням м’яча навколо тулуба;  - в нахилі ;  - випади з поворотами тулуба в однойменну сторону;  - в навприсіді;  - в повному присіді. | До 5 хв. | | Бути уважним. Виконувати правила безпеки при виконанні вправ з м’ячем. |
| 8 | | | Вправи на відновлення дихання. | До 30 сек. | | Спитати у дітей про самопочуття. |
| **II Основна частина (29 хв.)** | | | | | | |
| 1 | Вчитель: «Він лежати зовсім не хоче. Якщо кинути, він **C:\Users\user\Desktop\Без названия (1).jpg**підскочить. Ледве вдариш, відразу навскач, Ну, звичайно — це,,,» | | |  | Відгадка :( Баскетбольний м’яч) | |
| 2 | | 1. Робота в парах з баскетбольними м'ячами:  - Імітація положення рук при ловлі м'яча  Вправи з баскетбольним м’ячем  І. Ведення м’яча  1 – правою і лівою рукою на місці;  2 – поперемінно правою і лівою рукою на місці.  3 – з поступовим зниженням та збільшенням висоти відскоку | |  | Увага учня звертається на правильні положення рук і голови, на контроль м’яча бічним зором.  По м’ячу не бити, а штовхати його вниз. Вести м’яч збоку. дивитися вперед, а не на м’яч.  Знижувати висоту відскоку до прийняття положення стоячи на одному коліні. Потім поступово, збільшуючи висоту відскоку, повернутись у вихідне положення (вправу виконувати почергово правою і лівою рукою). | |
| 3 | | Вчитель: «У ворота він летить, Як зумієш гол забить. Скаче весело по полю, Незамінний у футболі. | |  | C:\Users\user\Desktop\myach-zagadki-185x215.jpgВідгадка :( Футбольний м’яч) | |
| 4 | | | Рухлива гра «Вибий м’яч з кола».  Беруть участь дві команди по 6-8 учнів. На підлозі окреслюється велике коло. Гравці розміщуються у колі. Учасники ведучої команди починають передавати м'яча ногами один одному. |  | | Завдання суперників: відібрати м'яча у суперників і вибити його з кола. Через три хвилин гри команди міняються місцями.  Перемагає команда, гравці якої більшу кількість разів спроміглися вибити м'яча з кола. |
| 5 | | | Вчитель: «Тільки вдариш добре в бік – Як одразу в танець – скік! За ці скоки його люблять І руками часто луплять.» |  | | C:\Users\user\Desktop\fivb-official-ball.jpgВідгадка :( Волейбольний м’яч) |
| 6 | | | Рухлива гра : «М’яч капітану» Учасники гри розподіляються на дві команди, кожна обирає капітана. На майданчику окреслюють дві паралельні лінії, за однією шикуються команди, за другою стають капітани, кожний лицем до своєї команди. У них в руках по м'ячу. За сигналом ведучого обидва капітани одночасно кидають м'ячі тим, хто стоїть попереду у своїх командах. Упіймавши м'яча, гравець кидає його своєму капітанові, а сам займає останнє місце в колоні. Потім капітан кидає м'яча другому гравцеві, а одержавши його назад, - третьому... |  | | Виграє команда, біля лінії якої раніше опиниться гравець, який першим впіймав м'яча, кинутого капітаном. |
| 7 | | | Вчитель: «Сам без ніг, Малий, Пузатий, А такий літун завзятий!» |  | | C:\Users\user\Desktop\images.jpgВідгадка :( М’яч для великого тенісу) |
| 8 | | | Рухлива гра : «У кого м'яч? » Гравці стають колом, якомога щільніше один до одного, обличчям до центру кола. Ведучий виходить на середину кола .Всі діти тримають руки за спиною. Одному з них дають невеличкого м'яча. Гравці починають передавати м'яча один одному за спинами. Ведучий намагається здогадатися, у кого перебуває м'яч. Раптом він звертається до одного з гравців з вигуком: «Руки!» Цей гравець повинен негайно виставити наперед себе руки. |  | | Той з учасників змагань, у кого виявився м'яч, стає ведучим. |
| 9 | | | Вчитель: «Б’ють мене гравці на полі, І в повітрі, й на землі. Та від цього не вмираю. Тільки весело стрибаю.» |  | | C:\Users\user\Desktop\Без названия.jpgВідгадка :( М’яч для регбі) |
| 10 | | | Естафета « перенеси м'ячі» На відстані 10 кроків одна від одної позначаються дві лінії. З одного боку на підлогу кладуть кілька м'ячів різного діаметру. Гравцю ставлять завдання: якнайбільше набрати м'ячів і перенести їх на лінію фінішу. М'ячі можна брати руками, складати під руки, під підборіддя. |  | | Перемагає той, хто за один раз перенесе найбільшу кількість м'ячів. |
| 11 | | | Вчитель: «Кожного вдариш — він злиться й плаче. А цього стукнеш — Від радості скаче! Те вище, те нижче, Те низом, те навскач. Хто він, догадався? Тенісний….» |  | | Відгадка :( Тенісна кулька)  C:\Users\user\Desktop\butterfly_ball_3_star-500x500.jpg |
| 12 | | | У грі – «Тенісні кульки» Гравці обох команд розподіляються на пари. Кожному з учасників дається тенісна ракетка і кулька. У змаганнях обидва гравці ракетками перекидають тенісну кульку один одному. |  | | Хто з учасників змагань набере найбільшу кількість очок, стає переможцем. |
| **III Заключна частина (3 - 5 хв.)** | | | | | | |
| 1 | | | Шикування на відстані витягнутих рук у коло, вимірювання ЧСС. |  | | Вправи на відновлення дихання та для поетапного переходу від збудженого стану нервової системи до спокійного |
| 2 | | | Гра «Мікрофон»:  -Я дізнався…  -Я зрозумів…  -Я навчився… |  | | Інтерактивне спілкування.  Акцентувати увагу на основних моментах уроку, відзначити найстаранніших учнів. |
| 3 | | | Організований вихід із спортзали. | 10 с | | Перехід у колону по одному. |