**Конспект-розробка інтегрованого уроку**

**з фізичної культури для учнів 7-их класів,**

**присвячений Дню Захисника України**

**і Українського козацтва.**

(Урок проводиться за модульною системою навчання,

90 хвилин).

**Тема (варіативний модуль):** футбол.

**Мета:** виховувати у дітей любов до України, повагу до національних традицій, поглибити знання учнів з історії козацтва, вчити мислити творчо, формувати навички здорового способу життя.

**Тип уроку:** міжпредметна інтеграція уроку фізичної культури з уроками історії України, української літератури, основ здоров’я.

**Завдання уроку:**

1. Навчати учнів техніки виконання удару серединою підйому в русі та на місці.

2. Закріпити вміння і навички ведення м’яча, зупинки м'яча на місці підошвою

правої і лівої ногі, зупинки м’яча підошвою в русі.

3. Сприяти розвитку рухливих якостей методом проведення естафет.

4. Поглибити знання учнів з історії козацтва та рідного краю.

5. Зміцнювати здоров’я, виховувати почуття патріотизму, любові до України,

дружби, відповідальності та взаємодопомоги.

**Обладнання і інвентар:** футбольні м’ячи, фішки, скейтборди, секундомір, обручі, дзвіночки, дартс, картки з літерами для складання слів.

**Місце проведення:** спортзал гімназії №9.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№**  **з/п** | **Зміст уроку** | **Дозування** | **Організаційно-методичні вказівки** |
| **Підготовча частина (20 хв.)** | | | |
| 1 | Шикування класу, рапорт чергового. | 1 хв | Звернути увагу на зовнішній вигляд учнів, змінне спортивне взуття. |
| 2 | Повідомлення завдань уроку. | 1 хв | Розповісти, пояснити. |
| 3 | Інструктаж щодо техніки безпеки. | 2 хв | Нагадати про правила роботи з футбольними м’ячами. |
| 4 | Підрахунок ЧСС. | 30 сек | Заміряємо за 6 сек х на 10. |
| 5 | Повороти на місці. | 30 сек | Організація діяльності учнів. |
| 6 | **Звертання вчітеля до учнів:**  «Сьогодні наш урок присвячуємо Дню Захисника України і Українського козацтва.  Козак – чесна, смілива людина, найдорожча йому – Україна! Козак – слабкому захисник, цінити побратимство звик.  Козак – усім народам друг і лицарський у нього дух. | 1 хв | C:\Documents and Settings\Tiesto\Рабочий стол\35.jpg  Вчитель пропонує учням висловитись про Захисників України і козацтво. |
| 7 | Перед початком воєнних дій козаки зазвичай розминалися, швидко бігали, виконували різні силові вправи. Зараз ми дізнаємося, чи гідні ви бути справжніми козаками і козачками.  **Різновиди ходьби:**  \* на носках;  \* на п’ятах;  \* на внутрішньому і зовнішньому боці стопи;  \* у напівприсяді, у повному присяді;  \* стрибками в широкому кроці з підскоками.  **Різновиди бігу:**  **\*** у повільному темпі по колу;  \* із закиданням гомілки назад;  \* приставним кроком лівим і правим боком;  \* з прискоренням, із зупинкою за свистком і зміною напрямку руху. | 4 хв | C:\Documents and Settings\Tiesto\Рабочий стол\487b5d2927bd5774cb619239ba720330.jpg  Стежити за правильністю постави учнів.  Біг виконувати у повільному темпі. Слідкувати за дистанцією.  Уважно слухати сигнали вчителя. |
| 8 | Виконання загальнорозвивальних вправ у русі.  Підрахунок ЧСС. | 10 хв | Не порушувати техніку безпеки, дотримуватись інтервалу. |
| **Основна частина (60 хв.)** | | | |
| 1  2  3  4  5  6  7 | Перешикування в чотири колони (чотири козацькі рої).  **Змагання-естафета**  **«Хто спритніший».**  а) Умови естафети: ведення м’яча по прямій внутрішньою стороною стопи до фішки, розворот, ведення м'яча назад, передача естафети наступному гравцеві;  б) Ведення м'яча між фішками: перший гравець веде м'яч до обруча і залишає його в обручі, назад рухається звичайним бігом; другий гравець переміщається вперед звичайним бігом, назад веде м'яч між фішками.  **Естафета**  **«Найрозумніший козак».**  Умови естафети: ведення м'яча по прямій зовнішньою стороною ступні до обруча, м'яч залишається в обручі. Поруч лежать картки з літерами, з яких необхідно скласти слово «тризуб» або «булава». Учень кладе одну картку і бігом повертається до команди.  **Конкурс-естафета**  **«Козацька кмітливість».**  Умови конкурсу: учні поділяються парами, беруться за руки, відвівши їх у сторони. Між лобами треба покласти тенісний м'яч. Пари рухаються приставним кроком до помічника, а потім назад до своєї команди. Естафету передають, поклавши м'яч між лобами наступної пари. Виграє рій, який першим закінчив рух.  **Зустрічна естафета**  **«Човникові гонки».**  Умови естафети: команди вишукуються одна навпроти одної, за сигналом перший гравець однієї з команд передає м’яч ударом серединою підйому гравцю з команди навпроти, сам стає в кінець своєї команди, гравець, якому передали м'яч, зупиняє його підошвою ноги і передає ударом серединою підйому наступному гравцеві команди навпроти. Виграє команда, яка першою закінчила виконання передач.  **Гра-естафета**  **«Конкурс побратимів».**  Умови гри: від кожного рою запрошуються по два козака. Козаченьки обіймають одне одного і стають справжніми побратимами. Ведуть футбольний м'яч до стіни, передаючи його один одному.  У зворотньому напрямку виконують ту саму вправу.  **Гра-естафете «Втеча з полону».**  Тепер від учнів потрібна не тількі швидкість, а й спритність.  Умови конкурсу: сівши на скейтборд, рухатись за допомогою рук та ніг до обруча, в якому знаходиться футбольний м'яч. Скейтборд ставимо в обруч, беремо м'яч і ведемо його по прямій до своєї команди. Другий гравец веде м'яч, залишає його в обручі, назад переміщається на скейтборді.  **Рухлива гра**  **«Перетягування канату».**  Учитель: «Ноги розім’яли, теперь розімнемо руки! Зараз ми позмагаємось у перетягуванні каната». Дві команди, одна навпроти одної міцно тримають канат до обмеження червонною стрічкою, вчитель – посередені.  За сигналом учителя учні намагаються перетягнути команду суперника за визначену лінію (2м від середени). Перемагає та команда, яка перетягне команду суперника за 2-х метрову позначку. | 1 хв  4 хв  5 хв  5 хв  5 хв  5 хв  5 хв  5 хв  10 хв | К1  Якщо гравці впустили м'ячик, його необхідно підняти і продовжити рух з місця втрати м'яча.    передача м’яча  передача м’яча  К2  Не вибігати назустріч передачі м'яча.  Передачу виконувати не наступаючи на стартову лінію.  За правилами – руки не роз'єднуються.  Обов'язкове торкання м’ячем стіни.  М’яч в парі передавати не сильними ударами, аби уникнути зіткнення з іншими побратимами.    Від кожного рою в змаганнях беруть участь по 7 козаків.  **1**  **3**  **2**  **4**  **Переможець** |
| 8  9 | **«Брейн-ринг».**  Клас поділяється на дві команди: «Сокіл» та «Стріла». Їм видаються дзвіночки. Вчитель зачитує питання. Яка команда знає відповідь, дзвонить у дзвіночок. Якщо перша команда дала неправильну відповідь, другій команді надається  10 секунд для відповіді.  Виграє та команда, яка надала більше правильних відповідей.  **«Дартс».**  Змагаються козацькі команди «Сокіл» та «Стріла». Кожному козакові надається 3 дротики для виконання вправи. | 10 хв  5 хв | G:\Фото №9\Брейн-ринг 18.02.2016\IMG_2897.jpg  Дзвонити в дзвоники можна тільки після того, я вчитель зачитав питання повністю.  **Дивись додаток.**  Виграє та команда, яка набрала найбільшу кількість очок. |
| **Заключна частина (10 хв.)** | | | |
| 1 | 3 кола бігу у повільному темпі. | 1 хв |  |
| 2 | Шикування в одну шеренгу.  Підрахунок ЧСС. | 2 хв | Вчитель проводить опитування за підрахунком пульсу. |
| 3 | Підведення підсумків.  Визначення команди-переможниці. | 4 хв | Гравці команди-переможниці отримують 12 балів, гравці іншої команди – 10. |
| 4 | Домашнє завдання (вправи на розвиток координації рухів). | 1 хв | Різнойменні оберти руками.  Стрибки зі скакалкою за 1 хв. |
| 5 | **Учитель.** Отже, діти, сьогодні на уроці ми були з вами запорозькими козаками, дізналися, як вони жили, відпочивали. Закріпили свої вміння з техніки ведення м’яча, зупинки м’яча підошвою, навчилися виконувати удар середньою частиною підйому.  Хай не буде переводу козацькому роду! | 2 хв | C:\Documents and Settings\Tiesto\Рабочий стол\272x217-198ddf94eda67435e8006e615b78b490.jpg |
| 6 | Поворотом наліво організований вихід зі спортзалу. |  |  |
| Конспект склала Гулюкіна Н.Г. | | | |

Додаток

**Запитання з історії українського козацтва.**

1. У якому сторіччі виникло козацтво?

***(Кінець 15-го сторіччя).***

2. Кого в Україні називали козаком?

***(Вільного чоловіка, який займався військовою справою, будучи членом***

***самоврядних військових громад).***

 3. Де розташовувалася Запорізька Січ?

***(За Дніпровськими порогами).***

5. Як наші предки називали річку Дніпро?

***(Славутич).***

6. Як називалось місце, де жили козаки?

***(Курінь).***

7. Яку назву мали козацькі прапори?

***(Корогви).***

8. Як називалися козацькі військові човни?

***(Чайки).***

9. Що було ознакою влади гетьмана?

***(Булава).***

10. Хто був першим козацьким гетьманом?

***(Дмитро Байда-Вишневецький).***

11. Де саме збудував свій замок Дмитро

Вишневецький?

*(****Острів Мала Хортиця).***

12. Найлегендарніший кошовий отаман?

***(Іван Сірко).***

13. Кого на Січі називали козацьким

джурою?

***(Учень, помічник у козацького старшини).***

14. Чому на Січі не було жінок?

***(На Січі все підпорядковувалось військовому ділу).***

15. Хто зруйнував (ліквідував) козацьку Січ? ***(Катерина ІІ, 1775 р.).***