**План - конспект урока по физической культуре (ФГОС).**

**Учитель** физической культуры: Слесарева Анастасия Николаевна.

**Тема урока**: «Моё здоровье – это моё личное дело?!»: Подвижные игры.

**Место проведение 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 колоны 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 колоны в три шеренги с указанной дистанцией. Выполняют ОРУ под счет с большой амплитудой.  Перестроение в колонну по одному. |
| 3. | Повторение пройденного материала. | Совершенствование техники передачи и ловли мяча (двумя руками от груди, одной рукой от груди). Повторение правил техники безопасности при работе с мячом. | 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. |
| 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. |  |
| *-Давайте попробуем определить, от чего зависит наше здоровье?* | (Ответы детей)  *-Здоровый образ жизни*  *- Медицина*  *-Экология*  *- Наследственность* |
| *- 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».*  *- Спасибо, за работу!* | Работают на магнитной доске, заполняют таблицу.  (Ответы детей)  *Большинство детей (из практики) ставят «+» в колонку «ДА»* |
| Объясняет правила подвижной игры «Передай мяч».  - *Ребята, посмотрите, что у меня в руках (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 руки – 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.* | Учащиеся играют в подвижную игру, с соблюдением правил игры и техникой безопасности. |
| Следит за соблюдением правил игры, правильным выполнением техники передачи и ловли мяча в игре.  Организует беседу, помогает наводящими вопросами.  - *Ребята, у нас осталось двое здоровых игроков, остальных поразил вирус. Сегодня все ученики идут домой с вирусом. Продолжим игру, распределившись по ролям, половину детей одеваю бейджики с новыми ролями: «мама», «папа», «бабушка», «дедушка», «подруга с другой школы», «друг с другой школы».*  Игра продолжается по тем же правилам.  *-Ребята, у нас снова появились пораженным вирусом, посмотрим кто это на этот раз?* | Играют в игру, распределившись по ролям. |
| *- Завтра наши новые герои пойдут кто в школу, кто на работу, а кто-то на почту.* | (Ответы детей)  *«мама», «папа», «бабушка», «дедушка», «подруга с другой школы», «друг с другой школы».* |
| *Ребята, что вы можете сказать по этому поводу. Какие мысли у вас появились, играя в эту игру, находясь в разных ролях?* | (Ответы детей) |
| 5. | Закрепление знаний. | Работа с карточками на магнитной доске.  Усложнённая игра «Передай мяч». | *- Давайте поработаем на магнитной доске, нужно закончить предложение, предлагая различные варианты ответов.*  «Заботясь о своем здоровье, я забочусь…» | Работают на магнитной доске, заполняют таблицу.  (Ответы детей)   * *Об окружающих* * *О своей семье* * *О своих будущих детях…* |
| - Вернемся к теме нашего урока и главному вопросу: «*Моё здоровье – это моё личное дело?»*  *Я вижу, что ребятам есть что сказать, ваши мнения изменились? Почему? Предлагаю вернуть к нашей первой таблице, кто хочет исправить свой ответ, укажите стрелкой переход своего «+» в другую колонку.* | (Ответы детей)  *Большинство детей (из практики) переносят «+» из колонки «ДА» в колонку «НЕТ»* |
| 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». | Стимулировать учащихся к самоанализу результативности собственной деятельности на уроке.  Подведение итогов урока: оценка степени решение задач, выявление мнений учащиеся о результативности их деятельности, обобщение высказываний учащихся, выделение лучших и выставление оценок за урок. | Ходьба. Выполнение дыхательных упражнений для восстановления.  Высказывания учащихся. |
| - *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.*  - *Спасибо за урок!* | Передача фитбола в кругу или шеренге. Пожелания учащихся. |

**Используемая литература**

1. Учебник «Физическая культура» 5-7 классы / М.Я. Виленский – М.: Просвещение, 2013
2. Как проектировать универсальные учебные действия в начальной школе / А.Г. Асмолов – М.: Просвещение, 2010