

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №3 имени Тази Гиззата
г. Агрыз Агрызского муниципального района Республики Татарстан

Тема: Комплексы упражнений утренней гимнастики.

(5 класс)

Конспект разработал:
учитель I кв. категории
Муллахметов И.Р.

2015 уч. год

Реализация инновационных обучающих структур на уроках физкультуры

Учитель физкультуры: Муллахметов Ильфат Ринатович.

Успеваемость и качество: на начало 2013/14 уч. года: 99% и 60%

на конец: 100% и 65%

на начало 2014/15 уч.года: 100% и 70%

на конец: 100% и 78%

Применяемые структуры:

1.КОНЕРС «УГЛЫ» Используется на уроках *Тренировка по станциям*. На каждой станции распределены упражнения по видам спорта или на различные группы мышц. Через определенный интервал времени учащиеся переходят из одной станции в другую. Выполняются задания до тех пор, пока каждая группа не пройдет все станции

2.ФИНК-РАЙТ-РАУНД РОБИН - «подумай-запиши-обсуди в команде». Используется в теоретической части урока для углубленного процесса мышления и группового взаимодействия

3.КОНТИНИУС РАУНД РОБИН «ПРОДОЛЖИТЕЛЬНЫЙ РАУНД РОБИН» Класс делится на группы. Каждая группа получает индивидуальное (ые) задание (ия). Через определенный интервал времени, каждая группа по очереди или по жеребьевке демонстрирует свою подготовку перед остальными группами. После чего ученики анализируют демонстрацию заданий каждой из команд

4. ТИМБИЛДИНГ, КЛАССБИЛДИНГ «КОМАНДООБРАЗОВАНИЕ ИЗ 4 и БОЛЕЕ ЧЕЛОВЕК» Используется группой из 4х или более учащихся на уроках обучения, совершенствования, закрепления изученного материала. Каждая группа получает индивидуальные задания, согласно теме урока. Обязательно наличие в группе хотя бы одного способного учащегося, для оказания помощи менее способным.

5.ХАЙ ФАЙВ «ДАЙ ПЯТЬ» (сигнал тишины и привлечения внимания) Применяется на каждом уроке и в разных частях (подготовительная, основная, заключительная) для организации внимания учащихся.

6.ЭР АР ГАЙД «РУКОВОДСТВО ПРЕДПОЛОЖЕНИЯ/РЕАКЦИИ» Используется для сравнения знаний, умений и точки зрения учеников по изучаемому материалу до и после просмотра или прослушивания информации на электронном носителе, для активизации мышления и внимания (можно использовать видео материал, картинки, рассказ, показ и.т.д.)

7.ПЛЕЙСМЭТ КОНСЕНСУС «КАРТА СОГЛАСИЯ» Используется для развития в учениках навыков принятия командного решения

8.КОПИ КЛЭП «КОПИРУЙ ХЛОПОК» Применяется в любой части урока для привлечения внимания

Тема урока: **Комплексы упражнений утренней гимнастики**

Цель урока: Сформировать потребность к занятиям утренней гимнастикой

Класс: 5

Задачи урока:

- 1.Оздоровительная: развитие координации движений и гибкости
- 2.Образовательная: совершенствование знаний об утренней гимнастике
- 3.Воспитательная : воспитание интереса к ежедневным занятиям физическими упражнениями

Тип урока: комбинированный

Структуры используемые на уроке

ФИНК-РАЙТ-РАУНД РОБИН «ПОДУМАЙ-ЗАПИШИ-ОБСУДИ В КОМАНДЕ» - структура, развивающая навыки мышления и взаимодействия с товарищами по команде

ПЛЕЙСМЭТ КОНСЕНСУС «КАРТА СОГЛАСИЯ» - структура, развивающая в учениках навыки принятия командного решения.

КОНТИНИУС РАУНД РОБИН «ПРОДОЛЖИТЕЛЬНЫЙ РАУНД РОБИН» - структура в которой организовывается обсуждение какого-либо вопроса в команде по очереди более одного круга.

КОПИ КЛЭП «КОПИРУЙ ХЛОПОК» - сигнал для привлечения внимания. Учитель демонстрирует серию хлопков, учащиеся повторяют за ним.

Ход урока.

Подготовительная часть (7 мин.)

1.Учащиеся приветствуют учителя, после чего партнеров по плечу и лицу и рассаживаются на свои места – **30 сек.**

(можно использовать различные жесты или голос)

2.Учитель предоставляет время (**2мин.**) для повтора домашнего задания по темам: «Влияние утренней гимнастики на организм человека» и «Требования к выполнению упражнений»

(учащиеся могут совещаться между собой в своей команде)

3.Проверка домашнего задания (**4мин.**)

Учитель в каждой команде любым двум учащимся задает 2 вопроса из домашнего задания и выслушивает ответы вместе с остальными учащимися. После прослушивания ответов каждой команды, если остальные участники согласны, поддерживают дружеским жестом «ОТЛИЧНО»

4.Благодарит команды и учитель за их ответы, после чего знакомит учащихся с темой, целью и задачами урока (**30 сек.**)

Тема: Комплексы упражнений утренней гимнастики

Цель: Сформировать потребность к занятиям утренней гимнастикой

Задачи: Развитие координации движений и гибкости

Совершенствование знаний об утренней гимнастике

Воспитание интереса к ежедневным занятиям физическими упражнениями

Основная часть (33 мин.)

Задание 1. Предоставляется **1 мин.**

5.По команде учителя участник № 1 берет лист, сгибает его пополам, участник № 2 сгибает ещё раз, участник № 3 разворачивает лист и рисует в центре листа квадрат

6.Учитель задает тему: **Комплексы упражнений утренней гимнастики**

7.Участник №4 записывает её в центр квадрата

Задание 2. Предоставляется **2мин.**

8.По сигналу учителя (два хлопка) **ученики отвечают тем же сигналом и записывают максимальное количество идей по теме на своей части листа.** После отведенного времени, учитель дает сигнал (три хлопка) на завершение задания и ученики повторяют сигнал за учителем

Задание 3. Предоставляется **2 мин.**

9.По сигналу учителя (два хлопка), **ученики повторив за учителем, по очереди обмениваются своими идеями. Если вся команда приходит к консенсусу (согласию) все участники поднимают «большой палец вверх», участник №4 записывает эту идею в центральный квадрат. Ученики продолжают до тех пор, пока все не поделится своими идеями.** По истечении времени по сигналу учителя (три хлопка), ученики повторяют за учителем и задание завершается
Идеи, записанные в центральном квадрате, являются решением всей команды

Задание 4. Предоставляется **5 мин.**

10. Учащиеся организованно переходят из кабинета в спортивный зал для демонстрации составленных комплексов упражнений. Учитель заранее предупреждает, что:

При демонстрации комплекса необходимо учитывать ряд правил:

последовательность упражнений; их дозировку и интенсивность. Комплекс необходимо начинать с самых простых упражнений с верхних частей тела и заканчивать нижними конечностями. Количество упражнений и повторений должно составлять 5 и 8. Отведенное для комплекса время не должно превышать 5 минут.

Задание 5. Предоставляется **23 мин.**

11. По сигналу учителя (**один свисток**) каждая из команд, согласно **предварительной жеребьевке, демонстрирует свой комплекс упражнений, а остальные в это время повторяют упражнения за ними.** После каждых 5 мин., учитель дает сигнал (**два свистка**) для завершения комплекса

12. После презентации комплекса каждая из команд благодарит друг друга жестом «**ОТЛИЧНО**»

Заключительная часть (5 мин.)

13. Учащиеся выполняют упражнения на восстановление дыхания

14. Учитель подводит итоги. Совместно с учениками оценивает их работу

15. Учащиеся слушают домашнее задание: «Составить индивидуальный комплекс утренней гимнастики для дальнейшей презентации в подготовительной части урока»

16. Внимательно прослушав задание на дом, организованно направляются в раздевалки