**План-конспект интегрированного урока по физической культуре в 4 классе.**

**Тема урока:** подвижные игры с математическими заданиями.

**Цель урока:** формирование и развитие двигательных навыков у учащихся, повышение интереса к уроку «физическая культура».

**Задачи урока:**

1. Совершенствование умения быстро производить математические расчёты.
2. Совершенствование ловли и передачи мяча.
3. Воспитание коллективизма и интереса к физическим упражнениям.

**Методы проведения:** поточный, фронтальный, игровой, соревновательный.

**Место проведения:** спортивный зал.

**Оборудование и инвентарь:** волейбольные мячи, скакалки, гимнастические маты, бруски, корзины, стулья, геометрические фигуры, альбомные листы, клей, жетоны.

**Продолжительность:** 45 минут.

**Дата проведения:** 12.12.2013

**Учитель:** Ширяева С. В.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Содержание  урока | Дозировка | Методические  указания |
| **Вводная часть.**   1. Построение, приветствие, сообщение задач урока. | 2 мин | Обратить внимание на форму и обувь учащихся. |
| 1. Упражнения в ходьбе: 1-4-на носках, руки вверх, 5-8-на пятках, руки к плечам; 1-4-руки на поясе, на внешней стороне стопы, 5-8-руки вперёд в полуприсяде; 1-4-руки на поясе, в полуприсяде вперёд, 5-8-в полуприсяде назад. | 1,5 мин | Спина прямая, плечи расправить. |
| 1. Упражнения в беге: с остановкой по сигналу (в упор присев, в упор сидя, в упор лёжа, в стойку «ласточка», в стойку «цапля»). | 3 мин | Соблюдать дистанцию, внимательно следить за сигналом. |
| 1. Упражнения на восстановление дыхания. | 30 с |  |
| 1. Подвижная игра «Смена мест». ОРУ для формирования правильной осанки  * И. п. – ноги вместе, руки вниз. 1, 3-руки вверх, ногу назад на носок, прогнуться. 2-4-и. п. * И. п. - ноги на ширине плеч, руки вниз. 1-3-наклон в сторону, рука вверх. 2-4-и. п. * И. п. – ноги на ширине плеч, руки вниз. 1-руки вверх, прогнуться, 2-наклон вперёд, 3-наклон вниз, достать пол. 4-и. п. * И. п. – ноги вместе, руки вниз. 1,3-нога в сторону, руки в стороны, 2-выпад в сторону. 4-и. п. * И. п. – ноги вместе, руки вниз. Прыжки на месте со сменой рук на 12 счётов (руки на поясе, к плечам, вверх поочерёдно). | 5 мин | Учащиеся перестраиваются в две шеренги лицом друг к другу на противоположных сторонах зала на расстоянии вытянутых рук. Следить за осанкой, слушать счёт. После каждого упражнения по команде учителя команды меняются местами. Кто быстрее выполнит смену мест, получает жетон. Каждое упражнение выполняется 6-8 раз. |
| **Основная часть.**  *Эстафеты с математическими заданиями.*   1. Выполнить математическое действие и 10 прыжков через скакалку на двух ногах. 2. Выполнить математическое действие и 10 набиваний волейбольного мяча вниз одной рукой. 3. «Фантазийная эстафета». Каждый учащийся наклеивает на альбомный лист геометрическую фигуру, последний – придумывает название картине. «Волшебный круг». 4. Выполнить математическое действие и 10 упражнений на пресс. 5. Выполнить математическое действие и 10 приседаний. 6. «Грибная эстафета». Два игрока каждой команды собирают «грибы» (кубики) со связанными ногами. 7. Блиц-вопросы « Занимательная математика».   *Подвижная игра «Схватка».*  *Подвижная игра «У кого больше мячей».* | 20 мин  10 мин | Оценивается быстрота и правильность выполнения заданий. За победу в эстафете команда получает жетон.  Упражнения на пресс выполняются из положения лёжа, руки за головой, ноги прямые. Варианты примеров: (225-75):10, (25+175):20. Варианты блиц-вопросов: сколько шин у 15 машин, сколько углов у кирпича и т. д. Оценивается скорость и кол-во собранных «грибов».  «Схватка». Играют 2 команды, каждая на своей половине площадки. За линию заступать нельзя. У каждой команды по 2-3 волейбольных мяча. По сигналу команды начинают выбивать противников. Кто быстрее и больше выбьет.  «У кого больше мячей». Играют 2 команды. У каждой команды по 4 волейбольных мяча. По сигналу выполняется передача мячей через центральную линию (или волейбольную сетку). На чьей стороне окажутся все мячи, тот проиграл. Бросать мячи можно только ниже пояса. |
| **Заключительная часть.**   1. Построение, уборка инвентаря. 2. Блиц-вопросы «Занимательная математика». 3. Подведение итогов, домашнее задание. | 3 мин | Подсчитать кол-во жетонов, определить команду-победителя. |