

**Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Средняя школа №5 городского округа Стрежевой  
с углубленным изучением отдельных предметов»**

**Областной конкурс**  
методических материалов педагогических работников,  
реализующих дополнительные общеобразовательные программы

Номинация: «Методические разработки»

**Сценарий занятия  
«Вместе мы сильнее!»**

Автор: Семенюк Анастасия Александровна,  
учитель физической культуры МОУ «СОШ №5»,  
8(913)-119-38-49, [nastia\\_semenyk@mail.ru](mailto:nastia_semenyk@mail.ru)

2024 год

## **Аннотация занятия для обучающихся 5 класса по теме «Вместе мы сильнее!»**

*Функциональная грамотность* – это умение применять знания и результаты пройденного опыта в жизненных ситуациях, для решения различных многоуровневых задач и приоритетных проблем. Данный термин включает в себя такие умения как: владение читательской грамотностью, использования творческого и критического мышления, применение математической грамотности на практике, гибкость эмоционального интеллекта, мягкие навыки.

**Цель занятия:** развить навыки функциональной грамотности школьников в рамках спортивно-оздоровительного занятия, использовать нестандартные авторские практики обучения, применять творческие задачи на комплексное развитие когнитивных и физических способностей учеников.

**Задачи занятия:**

- определить важность использования теоретических знаний на занятиях физической культурой, выявить пути правильной подачи материала;
- разработать систему ведения занятия, в которой школьник применяет не только физические навыки и демонстрирует свои спортивные достижения, но и прилагает умственные усилия и творческие способности;
- провести занятие, провести его эффективность и влияние на спортивное и умственное развитие обучающихся.

**Предметные умения:**

- учатся аналитически мыслить и критически подходить к разным ситуациям;
- использовать альтернативные решения проблем;
- уметь решать различные жизненные задачи с использованием технологий работы в обществе;
- использовать человеческий ресурс и свои доминантные навыки.

**Актуальность:** первая и главная задача спортивного занятия в школе – обеспечить комфортной двигательной активностью школьников и развитие их физической силой, навыков координации, улучшение показателей результатов определенных нормативов. Также немало важно формирование коллективного сознания, сплочение общества класса и объяснение понимания важности здорового образа жизни.

Школьник должен не только развивать силу тела, но и силу духа, получать знания и на уроках физической культуры. Тем самым, применяя множество навыков, ребенок развивает не только умение владеть телом, но и применять критическое мышление, нестандартные пути решения разных ситуаций (*методические советы в Приложение 1*).

**Форма проведения:** фронтальная, парная, групповая, игровая.

**Методы проведения:** практический, наглядный, словесный.

**Технические средства обучения:** обруч, настольная игра, баскетбольные мячи, карточки с заданиями.

**Методическая карта занятия:**

*1. Подготовительный этап «Пришел»:*

- выполнение упражнений на разминку (разогрев);
- определение целей занятия;
- формирование общего сознания и задач занятия;
- сплочение коллектива.

2. Основной этап «Увидел»:

- совершенствование упражнений с применением, как физической силы, ловкости, так и внимательности.

3. Заключительный этап «Победил»:

- проведение упражнений соревновательного характера;
- развитие когнитивных и творческих способностей;
- способствовать понижению нагрузки (блиц-массаж);
- подведение итогов занятия (формат «Синквейн») (Приложение 2)

### Сценарий занятия

#### 1 этап - «Пришел» организационный момент

Построение, приветствие, определение целей занятия и своих способностей.

**Учитель:** Здравствуйтесь ребята!

**Дети:** Здравствуй-те!

**Учитель:** Приветствую Вас на спортивно-оздоровительном занятии! Сегодня будет очень интересно, ведь мы задействуем не только силу, но и ум! А сейчас предлагаю Вам начать разминку!

#### 2 этап – разминка

**Учитель:** Дети, дружно улыбнитесь,

На разминку становитесь!

Все уроки мы сидели

И в учебники глядели.

А теперь вставайте смело –

Укреплять мы будем тело!

Ставим мы на пояс руки,

Избегаем дружно скуки!

Вправо, влево наклонились

И соседу улыбнулись!

Головой вращаем дружно,

Разминаться очень нужно!

И запястьем и плечами

Мы по кругу поворачиваем!

Продолжать мы будем вместе –

Выпады вперед на месте!

А теперь 5 приседаний,

И коленками вращаем.

Чтож, хорошая разминка,

А теперь потянем спину,

Раз наклон вперед – назад,

Позвоночник будет рад!

Подошла к концу зарядка,

Рассчитайтесь по порядку,

Продолжать пора урок –  
Запасаем здоровья впрок!

**Учитель:** Человек должен быть сильным не только телом, но и умом – вот девиз нашего урока! Поэтому мы с Вами будем и думать головой и двигаться телом!

### **3 этап - «Увидел» основной (работа по станциям)**

**Учитель:** Мы с Вами замечательно размялись! Пришло время разделиться на дружные, смелые, активные и веселые команды. *Используется заранее заготовленные жетоны с названием команд «Дружные», «Смелые», «Активные» и «Весёлые» и дети вытягивают из шляпы себе название, тем самым делясь на команды. Выполняем задания по времени и переходя по часовой стрелке от станции к станции.*

**Учитель:** Помогут нам с Вами на сегодняшнем занятии наши одноклассники-ребята, которые пока не могут прыгать и бегать после болезни, но с удовольствием примут участие вместе с Вами.

#### **• Станция «Парочка»**

- Ребята, здравствуйте! Приветствую Вас на станции «Парочка», но прежде чем приступить к выполнению практического задания, послушайте внимательно до конца загадку и отгадайте ее:

Всегда парой вместе ходят,

Всем они нужны вдвоем,

На ногах их люди носят,

Если пару не находят –

Просто смысла нет в одном! Ответ: *носки*.

- Правильно ребята! Большая проблема найти парный носок, но мы с Вами это сделаем, а заодно потренируемся выносливости!

- Слушайте правило: вы встаете в планку на локтях, образуя круг, перед вами карточки с изображением одного носка. Нужно в планке собрать пары носков. *Ошибки:* кто теряет баланс в планке или не может больше стоять – встает и выходит из круга, выходя из игры. Время ограничено – 1 минута. Чем больше пар носков составлено – тем лучше.

- Готовы? Начали, время пошло!

- Игра закончилось. Молодцы ребята, своей дружной командой, вы собрали \_\_\_\_ пар носков. Переходим к следующей станции!

#### **• Станция «Самые внимательные!»**

- Ребята, приветствую Вас на станции «Самые внимательные!», пожалуйста выполните задание, которое написано на Вашей карточке! Главное правило – это у Вас есть всего 1 минута! Готовы? Время пошло! (выдается карточка с заданиями).

- Если дети прочитали с первого раза внимательно и поняли, что это все делать не нужно. *Ребята, молодцы, правильно – это задание на внимательность и эти упражнения действительно полезные для развития Вашей физической силы и выносливости!*

- Если дети не внимательно прочитали и начали выполнять, подождать пока закончиться время, а потом указать на последнюю строчку и сказать - *это задание*

на внимательность и эти упражнения действительно полезные для развития Вашей физической силы и выносливости!

*Текст карточки*

- Ребята, залог отличного самочувствия весь день – это зарядка с утра! Вот какие упражнения нужно выполнить весело и дружно, чтобы взбодриться!

- ❖ присесть 10 раз;
- ❖ отжаться от пола 10 раз;
- ❖ прыгнуть на правой ноге 15 раз, на левой 10 раз;
- ❖ сделать выпад вперед каждой ногой по 5 раз;
- ❖ подняться на носки – на пятки 10 раз;
- ❖ пожать руку своему соседу;
- ❖ прочитайте эти правила и запомните - выполняйте каждое утро делать ничего не нужно, а просто положить лист перед собой.

- А теперь переходим к нашей следующей станции! Удачи!

• **Станция «Деловое рукопожатие!»**

- Привет ребята! Здесь мы с Вами проведем дружеское соревнование! Вашему капитану выдается обруч, а остальная команда, встает в шеренгу взявшись за руки. *Задание:* Капитан ведет обруч до конца шеренги, при этом руки размыкать команде нельзя. Оценивается скорость понимания и выполнения.

- Молодцы ребята, Ваша команда справилась.

- И теперь вы готовы показать все свою силу рукопожатий!

*Задание:* каждый участник команды нажимает своей «рабочей» рукой *динамометр* и определяется сила его кисти. Таким образом сумма силы кисти всей команды складывается в одну общую сумму.

• **Станция «Ловкость рук и никакого мошенничества!»**

- Приветствую ребята! А теперь пришло время проверить Ваши навыки координации! Выполним задание с мячом:

берем каждый по мячу и держим в рука, пока я не озвучу задание. Готовы!

- подбросить и поймать мяч 10 раз;
- подбросить мяч, хлопнуть, поймать 8 раз;
- подбросить, присесть, поймать 6 раз;
- забросить мяч в кольцо – по 1 попытке для каждого члена команды

- Считать заброшенные мячи.

- Молодцы, ребята, вы не только дружные, смелые, веселые, активные, но и очень меткие и координированные!

**4 этап – «Победил» заключительный (индивидуальные практикум)**

*Построение класса в шеренгу.*

**Учитель:** Ребята, сейчас мы с Вами проведем простой самомассаж, который зарядит Ваш организм энергией, поможет освободиться от накопившейся усталости и включит в работу основные системы вашего организма!

- Быстро потереть ладони друг о друга;
- Разогретыми пальцами потереть щеки (вверх-вниз);

- Барабанной дробью легко постучать пальцами по макушке;
- Пять раз надавить на впадину у места соединения головы и позвоночника;
- Раскрытой ладонью похлопать ноги спереди, сбоку и сзади от ступни до паха.

### **5 этап - рефлексия**

**Учитель:** Ребята, мы с Вами большие молодцы! И в завершении занятия мы с Вами проведем «синквейн» - это форма подведение итогов пятистрочным стихотворением под влиянием японской поэзии. Я, вам буду задавать вопросы по нашему сегодняшнему занятию «Вместе мы сила!», а вы будите отвечать:

- 1 строка – одно существительное, обозначающее наше занятие;
- 2 строка – два прилагательных, которыми вы бы описали наше занятие;
- 3 строка – три глагола, показывающие действия на нашем занятии;
- 4 строка – фраза или пословица, которую можно отнести к нашему занятию;
- 5 строка – одно существительное, синоним первому слову по занятию.

**Учитель:** Ребята, вот, что у нас с Вами получилось при подведении итогов: игра- веселая и занимательная – играть, веселиться, дружить – делу время, а потехи час – команда! (Приложение 2).

**Учитель:** Мы не только развили свои физические способности и улучшили показатели, но и разгадали загадки, читали и много работали умственно! Как говорится талантливый человек, талантлив во всем – и в знаниях, и в спорте, в котором тоже нужно уметь принимать ваши учебные навыки! Поэтому развивайте красоту мысли и силу тела, а я Вас всегда в этом поддержу! Спасибо Вам за занятие, все молодцы! До новых встреч!

### **6 этап - анализ и результаты занятия**

Тема занятия «Вместе мы сильнее!» проводилось в 5 классе, количество обучающихся 28 человека. Дети все отнесены к основной группе здоровья и активные, от этого темп занятия высок. Вводная часть проводилась в стихотворной форме, что соответствовало более доступному восприятию материала и заинтересованности ребят (Приложение 3).

Основная часть занятия прошла с использованием метода «круговой тренировки», ребята с большим интересом и желанием выполняли задания на станциях, при этом помогая друг другу. Для формирования заданий использовались педагогические технологии, такие как коммуникационные, игровые, модульные и развитие креативного мышления. Ребятам, было предложено найти решение задачи - проблемы, которые нестандартны от традиционных ситуаций в жизни и в школе. Работа в командах показала, что ребята готовы и могут сотрудничать на благо результату и общему делу. Владеют на отлично в соответствии возраста навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности и применяя их в игровой и соревновательной деятельности.

В заключительной части занятия дети проявили интерес к выполнению самомассажа, а рефлексия по методики «Синквейн» прошла на «Ура!». По итогу получился обширный обмен впечатлений и эмоций от проведенного занятия.

### **Список рекомендуемой литературы**

1. Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе Дни здоровья, спортивные праздники, конкурсы /авт.-сост. О.В. Белоножкина и др. Учитель 2007-173с.
2. Физическая культура. 1-11 класс: подвижные игры на уроках и во внеурочное время/ авт. С.Л. Садыкова, Е.И. Лебедева. Учитель 2008 – 92с.

## Методические советы

Занятие – основная форма работы. На занятиях учитель должен обеспечивать овладение учащимися организаторскими навыками проведения занятий в качестве командира группы, капитана команды, судья. Воспитывающий характер обучения двигательным действиям делает необходимым постановку и решение на занятии задач не только по формированию двигательных навыков и развитию определенных физических качеств, но и воспитанию интеллектуальных, морально-волевых, эстетических качеств личности учащихся.

Главным принципом в своей работе, считаю широко известную систему физического воспитания П.Ф. Лесгафта – это неразрывное единство физического и умственного развития. Цель физического воспитания, по Лесгафту, состоит в том, чтобы мышечная двигательная деятельность человека была «умственно проверенной и направленной». Ибо только при этом условии человек может научиться с наименьшим трудом и в возможно меньший промежуток времени сознательно производить наибольшую физическую работу и действовать изящно и энергично.

При обучении физической культурой руководствуюсь правилами, определяющими последовательность в изложении содержания: от главного – к второстепенному, от простого – к сложному, от общего – к частному, от известного – к неизвестному, от близкого – к далекому. Данные правила требуют творческого подхода и осмысления, исходя из особенностей развития и подготовленности занимающихся, самого двигательного действия и задач обучения.

Используя на уроках и занятиях физической культуры технологию сотрудничества, это позволяет приспособить учебный процесс к индивидуальным особенностям школьников, открывает большие возможности для кооперирования, возникновения коллективной познавательной деятельности, развивает чувство ответственности за свою работу. В результате применения этой технологии ученики становятся активнее, у них повышается уверенность в собственных силах.

В поиске новых форм, приемов и методов организации урочной и внеурочной деятельности учащихся, я использую метод проблемного обучения, состоящий не в усвоении учащимися готовых знаний, а в нахождении пути их получения. Знания становятся результатом научного поиска, при этом дети приучаются к самостоятельности, развиваются их творческие способности. Такая организация работы на уроках и занятиях способствует интенсификации образовательного процесса, сохранению здоровья учащихся за счет создания ситуации успеха, благоприятного психологического климата в коллективе, творческой атмосферы на всех занятиях. Данная технология предусматривает поддержание хороших отношений между учителем и учеником, что является ресурсом здоровьесбережения: поддерживается эмоциональное здоровье ученика – и элементом воспитания: формируется ответственность за результат работы всей группы, класс становится группой единомышленников.

Основные принципы технологии сотрудничества:

- одно задание на группу;

- распределение ролей внутри группы;
- одно поощрение на группу.

Метод обучения в сотрудничестве можно использовать при решении разнообразных педагогических задач. Именно такое занятие позволит учащимся более полно осмыслить необходимость физкультурного образования.

*Приложение № 2*

1. ИГРА ☆  
2. ВЕСЁЛИЕ, ЗАНИМАТЕЛЬНАЯ  
3. ИГРАТЬ, ВЕСЕЛИЦА  
4. ДЕЛАЮ ВРЕМЯ А ПОТЕХЕ ЧАС  
5. КОМАНДА

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Средняя школа №5 городского округа Стрежевой  
с углубленным изучением отдельных предметов»  
(МОУ «СОШ №5»)

14.11.2024 № 210

**ОТЗЫВ**  
**на урок физической культуры учителя Семенюк Анастасии Александровны**

Урок проводился в 5 классе 11 ноября 2024 года по теме: «Вместе мы сильнее!». На уроке у Анастасии Александровны видно, что присутствует связь учитель – ученик. Ребята внимательно её слушают. С самого начала урока она организовала и дисциплинировала учащихся (построение, сообщение темы и задачами урока, необычной разминкой в стихотворной форме). Педагог выбрала суставной вид разминки используя авторские четверостишья, дети выполняли упражнения эмоционально.

Основная часть урока дети разделены на команды с использованием жеребья, что позволяет объединить ребят вновь созданного класса и научить работать сообща в одной команде. Очень важно, что Анастасия Александровна привлекает детей, временно освобожденных от физических нагрузок в помощи и организации урока. Команды по кругу проходили 4 станции, выполняя не только практические задания на развитие физических качеств, но творческо-практические испытания, что помогало совершенствовать читательскую грамотность, математическую грамотность и креативное мышление. Наблюдая за ходом урока и работой ребят в команде, можно оценить уровень функциональной грамотности обучающихся, в процессе выполнении нетипичных заданий.

В заключении урока был проведен блиц-массаж для снятия напряжения, который ребята выполняли в форме самомассажа. Подведение итогов урока и рефлексия проходила по методики «Синквейн», ребята очень красочно и эмоционально отвечали на вопросы и высказывались об уроке.

Урок Анастасии Александровны был проведен на хорошем уровне. Все было грамотно организованно, продуманно и интересно! Все поставленные задачи в ходе урока были реализованы.

Заместитель директора  
по научно-методической работе



А.Р. Ирнзарова





