Інтегрований урок

Гімнастика та англійська мова .

(4 клас)

Завдання уроку :

- Закріпити комплекс вправ з гімнастичною палицею;
- Закріпити знання назв тварин з англійської мови
- Розвивати фізичні якості : силу , швидкість , спритність , координацію рухів
- Повторити техніку лазіння по гімнастичній лаві та перелітання на гімнастичну стінку;
- Прищеплювати навички здорового способу життя ;
- Виховувати дисциплінованість , відчуття колективізму .

Інвентар : гімнастична стінка, гімнастичні обручі, лави , палиці , малі м'ячі; малюнки тварин; плакат із прислів'ям ; аудіо записи із засобами їх відтворення .

Частина уроку	**Зміст уроку**	**Дозування**	**Організаційно – методичні вказівки**
Підготовча (14 – 15 хв)	Доброго ранку – усіх ми вітаємо! Доброго ранку – усім щастя бажаємо! Дзвоник нас кличе усіх на урок. Мандри чекають нас – зробимо крок!		
	Шикування в одну шеренгу , рапорт, повідомлення завдань уроку	До 1 хв	Звернути увагу на готовність учнів до уроку
	Інструктаж із техніки безпеки на уроках гімнастики	До 1 хв	У вигляді повідомлення
	Вимірювання ЧСС за 10 с	До 30 с	У межах 65 – 80 уд/хв
	Повороти на місці	До 30 с	Чіткість виконання
	Різновиди ходьби	1 – 2 хв	Темп помірний , дотримуватись дистанції
	Різновиди бігу (звичайний , «змійкою»,приставним кроком правим , лівим боком, з високим підніманням	1 – 2 хв	Дистанція

	бедра, захльоскування гомілки)		
	Вправи на відновлення дихання. Перешикування в колону по 4	До 30с	Послідовними поворотами у русі . Узяти до рук гімнастичні палиці
	Загально розвивальні вправи із гімнастичною палицею: - **Вихідне положення (ВП) – стійка ноги нарізно , руки з палицею вниз.** 1 – руки вперед; 2 – підвестися на носках, руки вгору; 3 – руки вперед; 4 - ВП - **ВП – те саме, палиця на плечах** 1 – поворот тулуба праворуч ; 2 – ВП 3 – 4 – те саме ліворуч - **ВП – те саме:** 1 – нахили уперед; 2 – ВП 3 – нахили назад; 4 – ВП - **ВП – широка стійка ноги нарізно , палиця внизу хватом позаду .** 1 - 3 – нахили вперед , руки вгору; 2 4 – ВП - **ВП – основна стійка** 1– присід, руки вперед; 2– ВП **- ВП – палиця на підлозі, стійка ноги нарізно , ліву вперед, руки на поясі .** Стрибки зі зміною положення ніг на кожний рахунок		Спину тримати рівно , утримувати рівновагу Лопатки з’єднувати Прогинатися у спині Ноги в колінах не згинати Утримувати рівновагу
Основна	**Учитель фізичної культури .** Сьогодні ми вирушаємо		Перешикування у коло .

частина (25 – 27 хв)	на екскурсію до Лондонського зоопарку , щоб перевірити ваші знання з англійської мови , логічне мислення , кмітливість , фізичні якості (силу , спритність, швидкість , координацію) і довести, що: «Здоров'я – це сила ! Йому шана та хвала!» Нехай найбільшою нагородою для вас стане гарний настрій , міцні м'язи. Бажаю вам , щоб усі випробування стали ще одним кроком до здоров'я. Перш ніж почати нашу подорож пропоную провести руханку «Ловіння мавп»		Мобілізувати увагу учнів , спрямувати її на розв'язання завдань уроку
	Учитель англійської мови Chilren do you like amimals? (*Діти чи любите ви тварин?)* Yes we do. (*да*) What can animals do? (*Що вміють робити тварини?)* They can run. (*Вони вміють бігати)* They can fly. (*Вони вміють літати,)* They can jump. (*Вони вміють стрибати)* Do you know animals? (*Чи знаєте ви тварин?)* Yes we do. (*Так, знаємо*) Ler s see! (*Погляньмо!*) What animal is this? *(Хто це?)* Діти , на стенді зашифровано англійське прислів'я про здоровий спосіб життя . Відгадавши назви тварин англійською , ви зможете доповнювати відсутні літери та у такий спосіб прочитати це прислів'я		
	Вправа «Мураха» (ant)	3 – 4хв	Діти вгадують зображення мурахи та відкривають літеру А . Учні рухаються вперед в упорі позаду присівши на підлозі

	Вправа «Орел» (eagle)	3 – 4 хв	Діти вгадують зображення орла та відкривають літеру Е. Пересування по гімнастичній лаві , переступаючи предмети з різним положенням рук. Гімнастична стінка , учні піднімаються вгору та оглядають лісові володіння
	Вправа «Білка»	3-4 хв.	Діти вгадують зображення білки та відкривають літеру S. Учні беруть до рук малі м’ячі , підкидаючи їх пересуваються змійкою
	Вправа «Тигр»(Taiger)	3 – 4 хв	Діти відгадують зображення тигра та відкривають літеру Т . Естафета з палицею
	Вимірювання ЧСС за 10 с		
Заключна частина	Гра «Передай – бол»	2 – 3 хв.	Діти стають в коло та руками передають м’яч по підлозі намагаючись забити гола в ворота з ніг
	Вчитель англійської мови . Чи можете ви назвати прислівя про здоровя , що відкрилося на дошці ?	2 – 3 хв	Тримаючись за руки діти промовляють англійською та українською : Health is Wealth. Здоров’я - це багатство
	Підсумок уроку	1 хв	Відмітити найстаранніших учнів .
	Вимірювання ЧСС 10 с	30 с	
	Домашнє завдання	1 хв	Виконати вправи за карточками
	Ми сьогодні молодці , будьмо всі здорові	30с	Коло , тримаючись за руки

	Залишення місця занять	30	Перешикування в шеренгу , колону по одному .