



Типы уроков физической культуры

Вводный урок

- **Вводные уроки** физической культуры проводят в начале учебного года или четверти. На этих уроках учитель знакомит учащихся с задачами предстоящих занятий, рассказывает об основном содержании учебного материала в соответствии с программой, объясняет правила поведения в спортивном зале, требования к ученикам, их спортивной одежде, обуви, сообщает правила техники безопасности при выполнении физических упражнений.

Урок изучения нового материала

- На **уроке изучения нового материала** основное внимание уделяют ещё **незнакомым** упражнениям. Такой урок проходит при незначительной двигательной активности школьников. При разучивании новых двигательных действий необходимо соблюдать **схему обучения**:
 - ✓ объяснение + показ нового двигательного действия
 - ✓ выполнение учащимися
 - ✓ анализ выполнения (исправление ошибок, показ лучшими учениками)
 - ✓ повторное выполнение
 - ✓ итог

Урок закрепления и совершенствования пройденного материала

- На уроке закрепления и совершенствования пройденного материала

основное внимание уделяется многократному повторению изученных движений в различных меняющихся условиях.

Двигательная активность школьников резко возрастает. На таких уроках обычно развивают двигательные качества, используя для этого изученные двигательные действия.

Комбинированные уроки

- Комбинированные уроки физической культуры направлены на:
- изучение нового материала
- закрепление и совершенствование пройденного материала

Двигательная активность возрастает.

Контрольный урок

- Контрольные уроки физической культуры направлены на:
 - оценку успеваемости
 - определения уровня физической подготовленности школьников
 - определения уровня освоения изученного материала

Виды уроков физической культуры

- Лёгкой атлетики
- Гимнастики
- Спортивных и подвижных игр
- Лыжной подготовки
- Плавания
- ОФП (общей физической подготовки)