

## Интегрированный урок биологии и физкультуры

<i>Ф.И.О. учителя</i>		Емельянова Г.А. Тимирбулатова А.М.	
<i>Класс</i>	<i>Дата</i>	<i>№ урока по КТП</i>	
8	17.12.2018	29	
<i>Тема урока</i>	Влияние физических упражнений на формирование сердечнососудистой системы		
<i>Тип урока</i>	Интегрированный урок биологии и физической культуры		
<i>Форма урока</i>	практическая работа		
<b>Цели урока</b>			
<i>Личностная</i> Обеспечить условия для формирования устойчивого убеждения в необходимости физической нагрузки для сохранения и укрепления здоровья.	<i>Метапредметные</i> приобретения опыта проведения несложных биологических исследований для изучения человека	<i>Предметные</i> знать и понимать ценности здорового образа жизни	
<b>Задачи</b>			
<i>Учителя</i>		<i>Ученика</i>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>1.Образовательные:</i> Показать влияние физической нагрузки на работу сердечно-сосудистой системы; отработать навыки самостоятельной работы при выполнении заданий по инструктивной карте, самоконтроля состояния организма при выполнении физической нагрузки.</li> <li>• <i>2. Развивающие:</i> Развить умения применять теоретические знания на практике, оценивать результаты выполненных действий, регулировать и контролировать свои действия, преодолевать трудности в достижении поставленной цели</li> <li>• <i>3. Воспитательные:</i> Продолжить формирование интереса к собственному здоровью.</li> </ul>		<p><i>1.Образовательные:</i> научиться приёмам самоконтроля при выполнении физических нагрузок</p> <p><i>2.Развивающие:</i> управлять воздействием физических нагрузок на организм.</p> <p><i>3.Воспитательные:</i> Преодолевать трудности в достижении поставленной цели, формирование интереса к собственному здоровью.</p>	
<b>Универсальные учебные действия, формируемые на уроке</b>			
<i>Личностные: установка на здоровый образ жизни и реализация его в поступках.</i>	<i>Познавательные: устанавливать аналоги и причинно-следственные связи, критически относиться к получаемой информации, ориентироваться в системе имеющихся знаний</i>	<i>Коммуникативные: понимать, оценивать, интерпритировать, уметь сотрудничать с другими людьми.</i>	<i>Регулятивные: соотносить результат деятельности целью</i>

<i>Основные понятия</i>	<i>ударным объёмом сердца, тренированное и нетренированное сердце</i>
<i>Межпредметные связи</i>	биология и физкультура
<i>Ресурсы: основные, дополнительные</i>	секундомеры, листы самоконтроля, учебные таблицы “Сердце”, “Влияние физических упражнений на развитие сердечной мышцы”, магнитофон и записи Высоцкого “Утренняя гимнастика”, любая ритмичная музыка, спортивный инвентарь.
<i>Технология</i>	
<i>Методы</i>	практические
<i>Формы организации познавательной деятельности</i>	фронтальная и индивидуальная работа

### Структура и ход урока

Этапы	Деятельность учащихся	Деятельность учителя биологии	Деятельность учителя физкультуры
Организационный	Подготовка к работе на уроке. Построение в шеренгу. Рапорт.		Проводит построение учащихся. Инструктаж по ТБ.
Этап мотивации (актуализация знаний)	Определяют тему урока по измерению пульса.	Организует работу по измерению пульса.	
Приобретение новых знаний	<p>1. Слушают инструктаж по выполнению практической работы.</p> <p>2. Преодолевают полосу препятствий.  1 круг - бег без препятствий;  2 круг - “зигзаг” (обегай стойки);  3 круг - “зигзаг, барьер” (перепрыгивая зигзагообразно через скамейки);  4–6 круги – “ зигзаг, барьер, кочки” (перепрыгнуть с круга на круг, нарисованные на полу мелом);  7 круг - “зигзаг, барьер” (перепрыгивая зигзагообразно через скамейки );  8 круг - “зигзаг” (обегай стойки);  9 круг - бег без препятствий;</p> <p>3. Заносят результат в лист самоконтроля.</p> <p>4. Задания по станциям:  №1 – прыжки через скакалку;  №2 – отжимание от скамейки;</p>	<p>1. Учитель биологии проводит инструктаж по выполнению практической работы.</p> <p>2. Определяет с учащимися величину пульса в покое.</p> <p>3. Определяет с учащимися величину пульса после разминки.</p> <p>4. Определяет с учащимися величину пульса после нагрузки.</p> <p>5. Определяет с учащимися величину пульса после нагрузки.</p> <p>6. Определяет с учащимися величину пульса после нагрузки.</p>	<p>1. В течение 5 минут в игровой форме проводит разминку, цель которой подготовить организм к выполнению беговой нагрузки.</p> <p>2. Проводит полосу препятствий.</p> <p>3. Проводит круговую тренировку.</p> <p>4. Проводит игру на внимание, целью которой является восстановление организма после нагрузки.</p>

	<p>№3 – прыжки в длину с места;  №4 - поднимание туловища;  №5 – вис на перекладине и поднимание ног;  №6 – приседания.  5. Команды строятся в колонны.  Команды “Красных” и “Жёлтых” строятся в колонны.  По команде учителя “На месте шагом - марш!” учащиеся маршируют на месте.  По команде “Копна” учащиеся встают в круг и поднимают руки “домиком”.  По команде “Тропинка” учащиеся кладут руки на плечи друг другу.  По команде “Кочки” учащиеся должны присесть на корточки.</p>		
Закрепление новых знаний	<p>1. Учащиеся работают с таблицей №2.  2. Делают вывод по теме урока.</p>	1. Комментирует полученные результаты.	<p>1. Учителя могут выступать в роли консультантов.  2. Задает наводящие вопросы чтобы сделать вывод.</p>
Проверка усвоения знаний	выбирают сердечки с вопросами и отвечают на них	оценивает ответы учащихся и выставляет оценки за урок	
Домашнее задание	Записывают домашнее задание, задают уточняющие вопросы		<p>1. Задает домашнее задание:  Исследовать пульс у членов семьи и попытаться убедить заниматься утренней гимнастикой.</p>
Рефлексия	<p>1. Прочитать советы на сердечках выбрать что правильно, а что нет.  2. Каждый учащийся ставит себе оценку за работу на уроке и оценку своему здоровью.</p>		Подведение итога урока.