

Технологическая карта урока по физической культуре

Тема занятия «Акробатика. Кувырок назад, стойка на лопатках». «Комплексная программа физического воспитания 1-4 классы», В.И.Лях, А.А.Зданевич; Москва: «Просвещение», 2011

Класс	3
Тип урока	Комплексный, урок повторения
Технология построения урока	Фронтальная, поточная, индивидуальная
Тема урока	Акробатика. Кувырок назад, стойка на лопатках
Цель урока	Мотивация учебной деятельности. Повторение техники кувырка назад и стойки на лопатках
Задачи урока	-повторить технику кувырка назад и стойку на лопатках; -развивать скоростные, силовые качества, ловкость и координацию; - воспитать уважение и доброжелательность друг к другу, воспитать чувство красоты движения.
Основные термины, понятия	Группировка, пережат, стойка на лопатках, кувырок назад
Планируемые результаты: 1. Предметные 2. Метапредметные 3. Личностные	<u>Предметные результаты:</u> - научиться выполнять кувырок назад, стойку на лопатках; -соблюдение техники безопасности во время проведения упражнений; -соблюдение нагрузки и дозировки в упражнениях во время проведения урока. <u>Метапредметные результаты:</u> <u>Регулятивные УУД:</u> -внесение необходимых дополнений и корректив в технике выполнения кувырка назад, стойки на лопатках; -осознание учащимися уровня и качества усвоения упражнения; -умение подбирать спортивную форму для занятий гимнастикой; -реагирование, самоконтроль в игровых взаимодействиях. <u>Познавательные УУД:</u> - поиск информации по технике выполнения гимнастических упражнений; -самостоятельное установление причин неправильного выполнения кувырка назад и стойки на лопатках. <u>Коммуникативные УУД:</u> -умение задавать вопросы по технике выполнения кувырка назад, стойки на лопатках и принимать участие в их обсуждении; - уважение мнений сверстников в процессе совместного освоения технических действий; -умение слушать и вступать в диалог. <u>Личностные результаты:</u> -уважение и доброжелательность друг к другу во время выполнения кувырка назад, стойки на лопатках; -преодоление страха; -формирование положительного отношения к учителю; -формирование социальной роли ученика через положительный результат при выполнении упражнения, достижение успеха в игре.

Технические средства обучения	Гимнастические маты
Формы контроля	Беседа, практическая работа
Здоровьесберегающие технологии	Рациональная организация занятия в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями обучающихся; рационально организованный двигательный режим; положительная эмоциональная обстановка на занятии.

СТРУКТУРА И ХОД УРОКА

Этапы урока	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	Универсальные учебные действия
I. Организационный момент 1 мин.	Проверяет готовность обучающихся к уроку, озвучивает тему и цель урока; создает эмоциональный настрой на изучение нового предмета. Построение; приветствие. Настроить детей на работу.	Слушают и обсуждают тему урока. Обучающиеся проверяют подготовку мест к занятиям.	Личностные: понимают значение знаний для человека и принимают его; имеют желание учиться; положительно отзываются о школе; стремятся хорошо учиться и сориентированы на участие в делах школы; правильно идентифицируют себя с позицией школьника.
II. Актуализация знаний 15 мин.	<u>Вопрос.</u> Ребята, какие элементы акробатических упражнений Вы знаете? - Молодцы ребята. - Сегодня мы будем с вами повторять технику кувырка назад и совершенствовать стойку на лопатках. <u>Беседа по теме:</u> «Что такое гибкость». Объясняет, что такое гибкость и какое значение она имеет для физической подготовки человека. Предлагает творчески подходить к выполнению акробатических упражнений. Класс «Равняйсь!», «Смирно!», «По порядку рассчитайсь!»	Слушают наводящие вопросы учителя, выполняют задания учителя. Настрой на урок. Самооценка готовности к уроку.	Общеучебные– извлекают необходимую информацию из рассказа учителя, из собственного опыта; логические – осуществляют поиск необходимой информации. Личностные: осознают свои возможности в учении; способны адекватно судить о причинах своего успеха или неуспеха в учении, связывают успехи с усилиями, трудолюбием. Регулятивные: умеют оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки; вносят

	<p>Выполнение строевых упражнений /повороты направо, налево, кругом на месте/ <u>Повторение правила Т/Б на уроках акробатики</u> - Направо, ходьба по залу с дистанцией 2 шага на носках (руки в стороны, спина прямая). - На пятках (руки на пояс, спина прямая) - бег в равномерном темпе: приставными шагами правым (левым) боком, спиной вперед, с захлестом голени, с высоким подниманием бедра. <u>Выполнение команд.</u> Построение и перестроение. Даёт команды: «На первый – второй – третий рассчитайсь!», «Первые – пять шагов, вторые – три шага вперед шагом марш!». Комплекс ОРУ I. И.п. ОС 1-4 – круговое движение головы вправо 5-8 – тоже, влево II. И.п. ОС 1-4 – круговые движения рук вперед 5-8 – тоже, назад III. И.п. стойка, руки перед грудью 1-2 – отведение согнутых рук назад 3-4 – отведение прямых рук назад IV. И.п. стойка, руки на пояс 1-2 – наклон вправо 3-4 – наклон влево V. И.п. стойка, руки за голову 1 – присед, руки вперед</p>	<p>Во время движения по кругу выполняют беговые упражнения.</p> <p>Выполняют упражнения.</p>	<p>необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p>Регулятивные: умение правильно выполнять двигательное действие, умение организовать собственную деятельность</p> <p>Личностные: понимание необходимости выполнения упражнений для дальнейшего выполнения акробатических упражнений.</p> <p>Коммуникативные: умение взаимодействовать со сверстниками по правилам, во время выполнения упражнений.</p>
--	---	--	--

	<p>2 – и.п. УІ. И.п. ноги врозь, руки вперед, в стороны 1 – махом правой коснуться кисти левой 2 – и.п. 3,4 – тоже, другой ногой УІІ. И.п. стойка, руки на пояс 1,2 – прыжки на правой ноге 3,4 – прыжки на левой 5-8 – прыжки на двух ногах</p>		<p>Личностные: Умение видеть и чувствовать красоту движения</p>
<p>ІІІ. Применение теоретических положений в условиях выполнения упражнений и решение задач 2 мин.</p>	<p>Объяснение учителем техники правильного выполнения упражнения и показ более подготовленным учеником кувырка назад, стойка на лопатках.</p>	<p>Образно воспринимать двигательное действие, выделяя более сложные элементы техники выполнения упражнения.</p>	<p>Познавательные: Общеучебные– извлекают необходимую информацию из рассказа учителя, из собственного опыта; логические – осуществляют поиск необходимой информации.</p>
<p>ІV. Изучение нового материала. 12 мин.</p>	<p>Формулирует задание, осуществляет контроль. Даёт команду построиться возле матов. Проводит подготовительные упражнения: - группировка из положения лёжа на спине, - перекаты в группировке, - перекат в группировке с опорой рук. (Повторить 4–6 раз.) Обратит внимание на положение головы. Выполнение элемента со страховкой. Объясняет технику выполнения. Формулирует задание, обеспечивает мотивацию выполнения, осуществляет индивидуальный</p>	<p>Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность. Слушают, выполняют упражнения. Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.</p>	<p>Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений; действуют с учетом выделенных учителем ориентиров; адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ движений учителем.</p>

	<p>контроль. - Стойка на лопатках Выполнение элемента со страховкой.</p>		
<p>V. Самостоятельное творческое использование сформированных УУД. 5 мин.</p>	<p>Помогает учащимся корректировать и исправлять ошибки. Контролирует технику безопасности, страховку, самостраховку. <u>И.п. – лёжа на спине</u> 1 – группировка 2 - раскрыться <u>И.п – группировка сидя – перекатом назад – вперёд в упор присев.</u> <u>И.п. – упор присев</u> 1 – перекатом назад – стойка на лопатках 2 – и.п. Ориентировать учащихся на согласованность действий при выполнении кувырков.</p>	<p>Выполняют учебные действия, используя речь для регуляции своей деятельности. Слушают, выполняют упражнение</p>	<p>Познавательные: восстановить навык в выполнении плотной группировки. Закрепление техники выполнения стойки на лопатках. Коммуникативные: умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия партнера</p>
<p>VI. Первичное осмысление и закрепление 5 мин.</p>	<p>Проводит круговую тренировку. Поясняет задание, контролирует его выполнение. Объясняет правила выполнения диафрагмального дыхания. Проводит дыхательные упражнения</p>	<p>Выполняют упражнения. Выполняют дыхательные упражнения</p>	<p>Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений; принимают инструкцию педагога и четко ей следуют; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия партнера</p>
<p>VII. Рефлексия. Итоги урока. 5 мин.</p>	<p>Игра на внимание «Класс смирно!» Построение в одну шеренгу и подведение итогов урока. - молодцы! Вы сегодня показали, что действительно очень</p>	<p>Выполняют игру. Оценить процесс и результаты своей деятельности Отвечают на вопросы.</p>	<p>Коммуникативные: умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности. Регулятивные: действуют с</p>

	<p>подготовленный класс. На уроке была хорошая дисциплина. Обобщить полученные на уроке сведения. Проводит беседу по вопросам:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Чему новому Вы сегодня научились? – Какие упражнения для развития гибкости вы знаете? – Как правильно выполнить диафрагмальное дыхание? <p>/отвечают по поднятой руке/ Похвалить всех детей, выделить особо отличившихся. Домашнее задание</p>	<p>Определяют свое эмоциональное состояние на уроке. Осуществлять контроль и самоконтроль, ставят оценку.</p>	<p>учетом выделенных учителем ориентиров; адекватно воспринимают оценку учителя, прогнозируют результаты уровня усвоения изучаемого материала. <i>Личностные:</i> понимают значение знаний для человека и принимают его.</p>
--	--	--	---

Самоанализ урока.

Тема урока: Акробатика. Кувырок назад, стойка на лопатках.

Цель: приобщить детей к регулярным целенаправленным занятиям гимнастикой, к творческому освоению учебного материала.

Задачи урока:

- Формирование у детей жизненно важных двигательных навыков и умений;
- Воспитание организованности, дисциплинированности, взаимовыручки, укрепления внимания, уважение и доброжелательности друг к другу;
- развитие скоростных, силовых качеств, ловкости и координации.

Структура урока.

Урок состоит из 3-х частей:

Организационный момент:

Задача урока: психофизиологическая подготовка учащихся к освоению содержания урока.

Мотивация достигнута путём чёткой логической связи темы, цели, задач урока.

Средства: подготовить спортивные маты, соблюдение гигиенических требований.

Методы: словесный.

Результативность: восприятие и осознание учащихся задач урока.

Подготовительная часть:

Задача: подготовить организм к основной деятельности на уроке.

Средства: выполнение строевых упражнений на месте, беговых упражнений в движении, общеразвивающих упражнений, разновидности ходьбы, бега, прыжки.

Самостоятельная работа: выполнение специально подобранных упражнений для подготовки к выполнению акробатических упражнений (разминка).

Методы: фронтально-непрерывный, одновременный, словесный, наглядный, индивидуально- групповой.

Основная часть:

Задача: совершенствовать индивидуальные, групповые, командные действия.

Средства: выполнений индивидуальных, групповых и командных тактических заданий.

Отработка техники кувырка назад и стойки на лопатках.

Методы: индивидуальный, групповой, командный, в сочетании со словесными и наглядными методами.

Заключительная часть:

Задача урока: создание благоприятных условий для более быстрого протекания восстановительных процессов.

Средства: ходьба, упражнения на восстановления дыхания.

Методы: командный, при выполнении упражнений – поточный, одновременно групповой в сочетании со словесным, наглядным методами обучения.

При подготовке к уроку учитывала особенности физического развития детей (нарушение осанки, разницу в росте, темпераменту). Тактично направляла отстающих учащихся. Старалась заинтересовать в начале урока и поддерживала интерес до конца урока. Стимулировала различной нагрузкой учащихся к уроку. Все учащиеся были вовлечены в процесс урока. Предоставляла учащимся достаточно времени для выполнения упражнения. Внимательно следила за правильностью выполнения и техникой безопасности. Выполняя упражнения, ребята работали в парах. Один из учащихся был назначен старшим (страховка). Проводилась индивидуальная работа с учащимися (учитель – ученик). Наблюдалась высокая работоспособность учеников в течение всего урока, поддерживались хорошие психологические отношения и общение. Обеспечивалось рациональное использование времени и предупреждение перегрузки школьников. Поощряла тех учащихся, которые выполняли задания быстро и правильно. Удалось полностью реализовать поставленные задачи. Был организован контроль усвоения умения и навыков.