

Технологическая карта урока физической культуры

Ф.И.О. учителя: Кузьмин Андрей Владимирович

Класс: 6

Место и время проведения: спортзал

Продолжительность занятия: 40 минут

Тема: Передача эстафетной палочки. Эстафетный бег.

Цель: Знакомство с техникой выполнения передачи эстафетной палочки.

Технология: здоровье-сберегающая, технология коммуникативного обучения, игровая.

Методы проведения: словесный, наглядный, индивидуальный, групповой, поточный, игровой.

Формы контроля: корректировка техники исполнения и соблюдения техники безопасности.

Задачи:

▪ **образовательные:**

- совершенствование техники бега;
- совершенствование техники передачи эстафетной палочки в различных вариантах эстафет;

▪ **воспитательные:**

- воспитание активности, внимательности, взаимовыручки и коллективизма;
- воспитание трудолюбия, инициативности, творческого отношения к деятельности;
- воспитание чувства товарищества;

▪ **развивающие:**

- развитие ловкости, координации, силы, быстроты, скоростно-силовых качеств;
- развитие находчивости, сообразительности, умения взаимодействовать в паре, в группе;

▪ **оздоровительные:**

- укрепление здоровья, формирование установки на активный образ жизни

Место проведения: спортзал.

Инвентарь: свисток, секундомер, эстафетные палочки, конусы, скакалки, скамейки

УУД:

Личностные:

Установка на здоровый образ жизни; проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;

Коммуникативные:

Формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы;

развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в различных ситуациях; уметь слушать и слышать друг друга; уметь брать на себя инициативу в организации совместной деятельности; договариваться, приходить к общему решению в совместной деятельности, сохранять уважительное и толерантное отношение друг к другу.

Регулятивные:

Планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и отдыха в процессе ее выполнения; технически правильное выполнение двигательных действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности.

Познавательные:

Формирование представлений об эстафетном беге;

Определение наиболее эффективных способов выполнения каждого задания.

№	Содержание	Корректировка содержания	Дозировка	ОМУ	Формируемые УУД
Подготовительная часть (10 - 11 мин)					
1	Построение, сообщение целей и задач урока, техника безопасности		1 мин	«В одну шеренгу становись!» «Равняйся!» «Смирно!» «Вольно!» «Здравствуйте!» «Тема нашего урока: Легкая атлетика. Эстафетный бег» Цель: Совершенствование техники передачи эстафетной палочки» «Поднимите правую руку вверх те, кто сегодня пришел на урок с хорошим настроением» «Похлопайте те, кто немного боится» « А теперь потопайте те, кто ничего не боится и знает, что он со всем справится»	ЛУУД: готовность соблюдать правила безопасности во время занятий физической культурой и спортом, проводить гигиенические и профилактические мероприятия по организации мест занятий, выбору спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;
2	Строевая подготовка.		30 сек	«Класс!» «Направо!», «Прыжком налево!», «Кругом», « На 1-2 рассчитайся» «В две шеренги становись» «На месте шагом марш» «На месте стой 1-2» «В одну шеренгу становись» «За направляющим в обход налево шагом марш!»	
3	Разминочный бег. Перестроение в 2 шеренги.		1-2мин	«Разминочным бегом марш»	
4	ОРУ со скакалками:		6 мин	«Выполняем под счет» «Руки прямые»	КУД: Формировать навыки учебного сотрудничества в ходе

<p>1) И. п. — о. с, скакалка, сложенная вчетверо, вверху. 1-2 — два поворота влево, 3-4 — два поворота вправо</p> <p>2) И. п. — о. с, сложенная вчетверо скакалка внизу впереди. 1 — выпад правой ногой вперед, скакалку вверх, 2- и.п., 3-выпад левой ногой вперед скакалку вверх, 4- и.п.</p> <p>3) И. п. — стойка ноги врозь, скакалка, сложенная вчетверо, внизу сзади. 1 — наклон вперед, натянутую скакалку назад; 2 — и. п.</p> <p>4) И. п. — о. с, сложенную вчетверо скакалку вверх. 1 — мах правой, скакалку вперед, коснуться скакалкой носка ноги; 2 — и. п.; 3-4 — то же левой ногой.</p> <p>5) И. п. — о. с, скакалка, сложенная вчетверо, внизу. 1-4 — перешагнуть через скакалку поочередно</p>			<p>«Спина прямая» «Пружинистые повороты»</p> <p>«Спину прогнуть»</p> <p>«Пружинистые наклоны»</p> <p>«Ногу поднимаем сначала невысоко, а затем все выше и выше»</p> <p>«Скакалку натянуть»</p>	<p>индивидуальной и групповой работы;</p> <p>РУД: планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и отдыха в процессе ее выполнения;</p>
---	--	--	--	--

<p>Построение и перестроение в 2 колонны.</p>	<p>левой и правой ногой, выпрямиться, скакалка сзади; 5-8 — перешагнуть назад в и. п.</p> <p>б) И. п. — лежа на спине, скакалка за головой, сложенная вдвое. 1-2 — наклон вперед, натягивая скакалку, коснуться носков ног; 3-4 — и. п.</p> <p>7) И. п. - упор лежа, скакалка, сложенная вдвое на полу под животом. 1- прыжок ногами вперед за скакалку, 2 – и. п.</p> <p>8) И. п. — о. с, скакалка сзади. Прыжки на двух, вращая скакалку вперед.</p> <p>9) И. п. — о. с, скакалка спереди. Прыжки на двух, вращая скакалку назад.</p>	<p>«Скакалки убрать»</p>	<p>10 раз</p> <p>10 раз</p> <p>20 секунд</p> <p>20 секунд</p>	<p>«Посчитать количество прыжков»</p> <p>«Определяем победителя»</p> <p>«Кто выполнит больше всех?»</p> <p>«Становись» « На первый-второй рассчитайсь. В две шеренги становись»</p>	<p>УУРД: активно взаимодействовать в условиях учебной и игровой деятельности, ориентироваться на указания учителя</p> <p>РУД: технически правильное выполнение двигательных действий</p> <p>КУД: Формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы;</p>
---	---	--------------------------	---	---	---

5	<p>Специальные беговые упражнения и упражнения ОФП</p> <p>1. Бег с высоким подниманием бедра</p> <p>2. Бег с захлёстыванием голени</p> <p>3. Бег на прямых ногах</p> <p>4. Скрестный бег (правым и левым боком)</p> <p>5. Приставными шагами правым (левым) боком</p>	<p>Работаем в двух группах</p> <p>X O</p> <p>X O</p> <p>X O</p> <p>X O</p> <p>X O</p>	<p>1раз</p> <p>1раз</p> <p>1раз</p> <p>1раз</p> <p>1раз</p>	<p>«Направляющий 1 группы в обход налево марш!»</p> <p>«Направляющий 2 группы в обход направо марш!»</p> <p>«Ноги работают чаще»</p> <p>«Помогаем себе руками»</p> <p>«Держим дистанцию»</p>	<p>РУД: планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и отдыха в процессе ее выполнения;</p> <p>КУД: сохранять уважительное и толерантное отношение друг к другу.</p>
Основная часть (20-22 минуты)					
6	Перестроение		30 сек	«В две шеренги становись!» «1 шеренга два шага , 2 шеренга четыре шага вперед марш! » «На вытянутые руки разомкнись!»	

7	Работа в парах (впереди стоит 1 номер, 2 сразу за ним)			<p>По команде «На старт, внимание, марш» 1 бегут до конусов, оббегают их, возвращаются обратно, касаются руки своего 2 номера</p> <p>Так каждый игрок должен выполнить задание 2 раза.</p> <p>«Ребята, скажите, пожалуйста, какой вид бега вы сейчас повторили?»</p> <p>«А можно ли это задание назвать эстафетой?»</p> <p>« А к какому виду изученных эстафет вы ее отнесете?» (линейная)</p>	УПД: устанавливать причинно-следственную связь между качеством владения техникой физического упражнения и возможностью возникновения травм и ушибов во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом;
8	Построение в одну шеренгу (вместе с освобожденными ребятами). Перестроение в две шеренги		30 сек	«Шеренга делится поровну, одна часть уходит в другой конец зала и встает напротив друг за другом»	
9	Конкурс « Спортивный ребус » Выдать ребусы Цыганкову Матвею и Карташову Виталию (временно освобожденные)	Каждый из освобожденных ребят зарабатывает балл для своей команды		«Как только справились с заданием, приносите ребусы мне» « Первый приносит дополнительный балл своей команде»	
10	Передача эстафетной палочки способом сверху « Встречная эстафета »	Напоминаем про ТБ, при передаче палочки	4 мин.	У первых игроков команд по эстафетной палочке. По сигналу первые в своих командах бегут по прямой линии. Добежав до встречной команды, передают палочку первому игроку, а сами становятся в конце колонны. Вторые игроки, пробежав до встречной	УУРД: активно взаимодействовать в условиях учебной и игровой деятельности, ориентироваться на указания учителя, признавать своё право и право других на ошибку, право на её совместное исправление;

	<p>Совершенствование техники передачи эстафетной палочки: 1. Имитация передачи эстафетной палочки снизу в шеренгах</p>	<p>После принятия палочки взгляд вперед</p>	<p>4 мин. По 2 раза каждый</p>	<p>команды, передают палочку следующему номеру, а сами становятся в конце колонны.</p> <p>По команде, стоящие в первой шеренге принимающие отводят выпрямленную руку назад, а стоящие второй шеренги передающие палочку (держат за нижний конец Вторая шеренга стоит несколько правее первой, так, чтобы левая рука передающего была за правой рукой принимающего. Стараться принять палочку не оборачиваясь назад. Шеренги меняются ролями и передают палочку</p>	<p>ЛУД: формирование представлений об основных понятиях и терминах по разделу «Легкая атлетика»</p>
11	<p>"Круговая эстафета" Способом передачи снизу</p>	<p>Следующий участник поднимает правую руку в сторону и готовится принимать палочку.</p>	<p>3 мин.</p>	<p>Участвуют две команды. У первых игроков команд по эстафетной палочке. По сигналу первые в своих командах бегут по кругу (против часовой стрелки). Добежав до своей команды, передают палочку следующим номерам способом снизу, а сами уходят в конец своей колонны.</p>	<p>РУУД: Контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров</p>
<p>Заключительная часть (5-7 мин)</p>					

12	Перестроение. Подведение итогов эстафетного бега и конкурса		30 сек 2мин.	<p>«В одну шеренгу становись!» «Какая команда сегодня была быстрее?» «Что же ребята отгадали? Что у них получилось?» СИЛА, БЫСТРОТА, ГИБКОСТЬ, ЛОВКОСТЬ, ВЫНОСЛИВОСТЬ «Как вы думаете, ребята, что это?» «Правильно. Это качества, которые мы с вами развиваем на уроках физкультуры» «Как вы думаете? А какое качество формируется во время эстафетного бега?»</p>	ЛУД: формирование представлений об основных понятиях и терминах по разделу «Легкая атлетика»
13	Гимнастика для глаз (дополнительно)		1мин	<p>1) «Глазки поднимаем вверх к потолку, затем сморим вниз» 2) «Глазки вправо-влево» 3) «Часто-часто поморгать»</p>	
14	Подведение итогов. Рефлексия		1 мин	<p>«Какова же была тема и цель сегодняшнего урока?» «Как вы думаете, мы справились с поставленными задачами?» «Кто считает, что он сегодня на уроке потрудился очень хорошо и заслужил оценку 5, делает шаг вперед» «Поднимите руки вверх те, кто уходит с урока с отличным настроением» «Урок закончен. До свидания»</p>	РУУД: оценка собственной деятельности (обучающиеся делают анализ того, как они работали на уроке)

ОТЗЫВ ПО ИТОГАМ ПОСЕЩЕНИЯ ОТКРЫТОГО УРОКА

Тема: Передача эстафетной палочки. Эстафетный бег.

Ф.И.О. учителя: Кузьмин Андрей Владимирович

Класс: 6а

Место и время проведения: спортзал

Продолжительность занятия: 40 минут

Цель урока: Знакомство с техникой выполнения передачи эстафетной палочки.

Тип урока: соответствует уроку формирования умений и навыков. Выбран оптимально, что позволило выполнить все запланированное.

Технология: здоровье-сберегающая, технология коммуникативного обучения, игровая.

Методы проведения: словесный, наглядный, индивидуальный, групповой, игровой.

Формы контроля: соблюдение техники безопасности и корректировка техники исполнения.

Задачи:

Образовательные: совершенствование техники бега, совершенствование техники передачи.

Воспитательные: воспитание чувства товарищества, внимательности, взаимовыручки, трудолюбия, инициативности.

Развивающие: развитие сообразительности, ловкости, быстроты, умение действовать в паре.

Оздоровительные: активный образ жизни, укрепление здоровья.

Урок проведен, а рамках предметной декады по физической культуре. На мероприятии присутствовало 5 учителей физической культуры.

Андрей Владимирович задает темп урока сразу с организационного построения, цели и задачи определяет в соответствии с требованиями программы, доводит их до обучающихся, определяет этапы урока, объясняет действия на каждом этапе.

В процессе обучения учитель использует технологии: здоровья-сберегающая, коммуникативного обучения и игровую.

Фронтальный-весь класс, выполняет одинаковые упражнения одновременно со скакалками.

Поточный-обучающиеся выполняют оно и тоже упражнение по очереди, друг за другом.

Индивидуальный-двум учащимся даны индивидуальные задания(по состоянию здоровья)

Групповой-одновременное выполнение в разных группах заданий.

Наглядный-непосредственный показ учителя

Главная технология на уроке-игровая технология. Организация различных эстафет-вызывает постоянный интерес учащихся к уроку. Урок проведен на высоком эмоциональном уровне и дал положительный эффект.

Андрей Владимирович заботится и здоровье-сбережении Э(требует соблюдения техники безопасности). Упражнения направлены на профилактику различных заболеваний: ОРВИ, искривление осанки, плоскостопия. Постоянно контролирует правильность выполнения задач, умение к сотрудничеству, соблюдать условия игры. Следит за выполнении заданий, указывает на ошибки. Много внимания уделяет коррекционной работе.

Используя различные технологии, учитель создает атмосферу интереса к уроку, достижению результатов.

Андрей Владимирович стремится к формированию у школьников устойчивого интереса потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом.

Большую роль в этом играет личный пример учителя, который обладая педагогической культурой, работает над совершенствованием через самовоспитание собственной личности.

Вывод: Кузьмин Андрей Владимирович владеет методикой проведения урока физической культуры, учитывает возраст, состояние здоровья, физические данные и возможности детей. Умеет создать атмосферу интереса и поддерживать ее в течение всего урока. Развивает умение работать в команде. Все запланированное на урок выполнено, время урока использовано продуктивно. Оценки выставлены, прокомментированы. Выдерживаются нормы смены видов деятельности, темпа урока, физической активности и нагрузок. Придерживается правил техники безопасности, созданы условия для предупреждения травматизма.

Отзыв составила

Заместитель директора по УВР: Сизова Н.В.Сизова

С отзывом ознакомлен: Кузьмин А.В.Кузьмин