

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА УРОКА

**Предмет:** физическая культура

**Класс:** 5 класс МОБУ гимназия №5

**Учитель:** Шалденко В.А

**Место урока:** с\з раздела «Гимнастика»

**Тема урока:** «Акробатика (кувырки, перекаат из упора присев в стойку на лопатках), общие физические упражнения».

**Тип урока:** урок «открытия» нового знания

**Дидактическая цель:** дать представление обучающимся о нормах сдачи ГТО, физических качествах и упражнениях.

### **Цели:**

**Образовательные:** обучение технике переката назад из упора присев в стойку на лопатках.

**Воспитательные:** воспитывать стремление развивать физические качества своего организма.

**Развивающие:** развивать способность анализировать полученную информацию, делать правильные выводы.

### **Планируемые результаты:**

#### **-Личностные:**

-осознание личной ответственности за развитие в себе физических качеств для сдачи норм ГТО;

-установка на здоровый образ жизни;

#### **-Метапредметные:**

-принимать и сохранять целевые установки урока;

-извлекать необходимую информацию;

-моделировать ступеньки познания

-анализировать проявления внутреннего мира человека (в его поступках, внешности, взаимоотношениях с людьми, отношении к физической культуре);

-взаимодействовать в паре и группе для выполнения учебных заданий;

-формулировать выводы из полученного материала;

-осуществлять самопроверку и оценивать свои достижения на уроке.

#### **-Предметные:**

-применять знания о физических качествах в жизни;

-объяснять, как слитно можно сделать гимнастическую связку;

-оценивать правильность выполнения акробатического упражнения;

-уметь осуществлять страховку.

### **Формирование УУД:**

**-Личностные:** формирование положительного отношения к сдаче норм ГТО, для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей; личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни, формирование навыка работать в паре, группе, развивать внимание, ловкость, координацию; умение соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время выполнения кувырка вперед, стойки на лопатках.

**-Регулятивные:** умение оценивать правильность выполнения кувырка вперед, стойки на лопатках; владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в заданиях эстафетного характера.

**-Познавательные:** способность оценивать свои результаты, указывать на свои ошибки и ошибки одноклассников, формирование представления о технике выполнения переката

назад из упора присев в стойку на лопатках, способность сформулировать проблему и самостоятельно создать алгоритм деятельности при решении проблем поискового характера

**-Коммуникативные:** готовность слушать собеседника и вести диалог, адекватно оценить собственное поведение и поведение окружающих; умение находить адекватные способы поведения и взаимодействия с одноклассниками во время учебной и игровой деятельности.

**Формы организации деятельности учащихся:** фронтальная, индивидуальная, парная, групповая, поточный способ.

**Методы обучения:** объяснительно-иллюстративный, частично-поисковый, исследовательский.

**Средства обучения:** визуальные, аудиальные, аудиовизуальные.

**Основные понятия:** нормы ГТО, пережат, физические качества, общефизическая подготовка.

**Межпредметные связи:** литература, история, музыка.

**Оборудование:**

-гимнастические маты

-гимнастическое бревно

-гимнастическая скамья

ЭТАП УРОКА	ДЕЙСТВИЯ УЧИТЕЛЯ	ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ОБУЧАЮЩИХСЯ	УУД
Самоопределение к деятельности (организационный момент)	Проверяет готовность обучающихся к уроку; построение, приветствие; создает эмоциональный настрой.	Слушают, выполняют команды, настраиваются на работу.	<b>Личностные:</b> формирование потребности в занятиях физической культурой, самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни.
Актуализация знаний	Задаёт вопрос о том, можно ли слитно сделать кувырок вперёд и стойку на лопатках. С помощью какого элемента? Рассказывает отрывок из стих-я. «Ребята, а вы знаете что такое «ГТО». Правильно, а как вы это понимаете?  Показ значков. «А вы хотите быть такими же красивыми и спортивными? А что для этого нужно? А что мы	Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают, выполняют задания учителя.	<b>Познавательные:</b> общеучебные – извлекают необходимую информацию из рассказа учителя, из собственного опыта; <i>логические</i> – осуществляют поиск необходимой информации. <b>Личностные:</b> воспитание дисциплинированности.

	делаем на уроках физкультуры? Правильно, развиваем физические качества. А какие упражнения их развивают?		
Постановка учебной задачи	<p>« А хотите узнать ещё больше упражнений для развития физических качеств?          Но что мы должны сделать перед большой работой?»          Разминка:          *дыхательные упр-я          * направо, ходьба по залу с дистанцией 2 шага на носках (<i>руки на пояс, спина прямая</i>).          * на пятках (<i>руки за головой, спина прямая</i>)          * бег в равномерном темпе          * перестроение в 4 колонны          * О.Р.У          *восстановление дыхания          *деление на группы,          назначение командиров отделений</p>	<p>Настрой на урок.          Самооценка готовности к уроку.          Формулируют тему урока.</p> <p>Выполняют упражнения.          Во время движения по кругу соблюдают дистанцию.          Капитан первого отделения ведёт группу на акробатику,          капитан второго отделения получает карточку и ведёт группу на лазанье и ОФП.          (самостоятельно)</p>	<p><b>Регулятивные:</b>          развитие внимания, умеют оценивать правильность выполнения действия; вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок</p>
Открытие нового знания	<p>Даёт команду построиться возле матов. Объясняет технику выполнения.          Формулирует задание, обеспечивает мотивацию выполнения, осуществляет индивидуальный контроль.          Отделение акробатики: проводит подготовительные упражнения:          * группировка из положения упор присев,          * перекаты в группировке,          * стойка на лопатках          *кувырок вперёд          *из переката назад стойка на лопатках          *из упора присев спереди перекат назад в стойку на лопатках.          Зрительно контролирует работу отделения ОФП</p>	<p>Выбирают более эффективные способы решения задач.          Прогнозируют свою деятельность.</p> <p>Слушают капитана, выполняют упражнение, договариваются о распределении функций и ролей совместной деятельности.</p> <p>Осуществляют страховку в парах и само страховку.          Капитан 2-го отделения по карточке даёт задания, говорит о</p>	<p><b>Познавательные:</b>          восстановление навыка в выполнении переката назад.          Закрепление техники выполнения кувырка вперед, стойки на лопатках.          Как выполнить стойку на лопатках из переката  <b>Коммуникативные</b>          умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют</p>

		количестве повторений.	действия партнера
Первичное закрепление	<p>На отделении акробатики: страхует тех, кто ещё не чувствует себя уверенно в выполнении упражнения.</p> <p>Зрительно контролирует работу отделения ОФП.</p>	<p>Поточное выполнение</p> <p>Выполнение гимнастической связки со страховкой.</p> <p>Индивидуальная работа: выполнение упражнений на шведской стенке и ОФП</p>	<p><i>Коммуникативные</i></p> <p>капитан контролирует действия в группе, ободряет партнёров, отвечает на вопросы</p> <p><i>Регулятивные:</i></p> <p>адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ лучшим учеником гимнастической связки</p>
	<p>*Класс, убираем снаряды, в 4 колонны стройсь.</p> <p>* «Запомнили упражнения? Хотите проверить? Что нам нужно, чтобы победить в эстафетах?»</p> <p>Объясняет эстафету: кувырок вперёд, пережат в стойку на лопатках, бег до обруча, взять карточку, вернуться, передать эстафету.</p>	<p>Каждое отделение убирает свой снаряд и строится в колонны на эстафеты.</p> <p>Берутся за руки и произносят: «Ловкость и быстрота эй, эй, эй, эй. Пригодятся нам всегда, ээээй!»</p> <p>Выполняют задания эстафеты.</p>	<p><i>Регулятивные:</i></p> <p>принимают инструкцию педагога и четко ей следуют; осуществляют итоговый и пошаговый контроль.</p> <p><i>Коммуникативные</i></p> <p>умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия партнера</p>
Рефлексия деятельности	<p>Задаёт вопросы по теоретической части урока. Предлагает определить уровень своих достижений. Проводит упражнение</p>	<p>Отвечают на поставленные вопросы, играют в игру.</p> <p>Расслабляются</p>	<p><i>Познавательные</i></p> <p>Осуществление комплексного анализа своей деятельности</p>

		Запоминают	<p><i>Регулятивные</i> Осуществляют взаимоконтроль процесса выполнения заданий, прослушивают ответы, оценивают уровень собственного эмоционального состояния на уроке.</p> <p><i>Коммуникативные</i> Слушают одноклассников, активно участвуют в решении коммуникативной задачи, выражают своё мнение об итогах работы на уроке</p>
--	--	------------	---