

## 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?<br>Рассказывает отрывок из стих-я. «Ребята, а вы знаете что такое «ГТО». Правильно, а как вы это понимаете?<br><br>Показ значков.<br>«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;<br><i>логические</i> – осуществляют поиск необходимой информации.<br><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?<br/>Но что мы должны сделать перед большой работой?»</p> <p>Разминка:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>*дыхательные упр-я</li> <li>* направо, ходьба по залу с дистанцией 2 шага на носках (<i>руки на пояс, спина прямая</i>).</li> <li>* на пятках (<i>руки за головой, спина прямая</i>)</li> <li>* бег в равномерном темпе</li> <li>* перестроение в 4 колонны</li> <li>* О.Р.У</li> <li>*восстановление дыхания</li> <li>*деление на группы, назначение командиров отделений</li> </ul>                       | <p>Настрой на урок.<br/>Самооценка готовности к уроку.<br/>Формулируют тему урока.</p> <p>Выполняют упражнения.<br/>Во время движения по кругу соблюдают дистанцию.<br/>Капитан первого отделения ведёт группу на акробатику, капитан второго отделения получает карточку и ведёт группу на лазанье и ОФП.<br/>(самостоятельно)</p>        | <p><b>Регулятивные:</b><br/>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.<br/>Формулирует задание, обеспечивает мотивацию выполнения, осуществляет индивидуальный контроль.<br/>Отделение акробатики: проводит подготовительные упражнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* группировка из положения упор присев,</li> <li>* перекаты в группировке,</li> <li>* стойка на лопатках</li> <li>*кувырок вперёд</li> <li>*из переката назад стойка на лопатках</li> <li>*из упора присев спереди перекат назад в стойку на лопатках.</li> </ul> <p>Зрительно контролирует работу отделения ОФП</p> | <p>Выбирают более эффективные способы решения задач.<br/>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.<br/>Капитан 2-го отделения по карточке даёт задания, говорит о</p> | <p><b>Познавательные:</b><br/>восстановление навыка в выполнении переката назад.<br/>Закрепление техники выполнения кувырка вперед, стойки на лопатках.<br/>Как выполнить стойку на лопатках из переката<br/><b>Коммуникативные</b><br/>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><br/>Осуществляют<br/>взаимоконтроль<br/>процесса<br/>выполнения<br/>заданий,<br/>прослушивают<br/>ответы,<br/>оценивают<br/>уровень<br/>собственного<br/>эмоционального<br/>состояния на<br/>уроке.</p> <p><i>Коммуникативные</i><br/>Слушают<br/>одноклассников,<br/>активно участвуют<br/>в решении<br/>коммуникативной<br/>задачи, выражают<br/>своё мнение об<br/>итогах работы на<br/>уроке</p> |
|--|--|------------|---|