

Технологическая карта урока

Учителя физической культуры МОУ СОШ №1 г.Оханска

Шиловой Лидии Юрьевны

Тема: Упражнения с мячом

Цель: Формирование навыков ловли и передачи мяча на месте и в движении.

Образовательные задачи:

1. Ознакомить с олимпийской азбукой;
2. Закрепить комплекс упражнений из аэробики;
3. Совершенствовать ведение, передачу, ловлю мяча на месте и в движении;

Развивающие задачи:

1. Формировать умение заниматься в паре и в группе (коммуникативные УУД);
2. Развивать умение контролировать и оценивать свои действия (регулятивные УУД);
3. Развивать умение слушать и воспроизводить рассказом и показом новый материал (познавательные УУД);

Воспитательные задачи: Формировать умение, проявлять трудолюбие, дисциплинированность в достижении своей цели (личностные УУД);

Место проведения: Спортивный зал

Инвентарь: Мячи баскетбольные (№5), обручи, скакалка, музыкальный центр, таблички с изображением символов, бумажные кольца, свисток.

Тип урока: познавательно-тренировочный

<i>Подготовительная часть</i>	<i>Полученные навыки</i>	<i>Умение</i>
<p>Построение, расчет по порядку, приветствие, задачи урока.</p> <p><i>«Сегодня на уроке может получить оценку «5» тот, кто наберет 3 жетончика. Оранжевый жетон – за выполнение упражнения с мячом, красный жетон – за выполнение упражнений по азробике и зеленый жетон – за теоретической познание. Надеюсь, что в этом нам помогут такие качества, как внимание, дисциплина, активность, трудолюбие и честность.»</i></p>	<p>Организация на урок</p> <p>Мотивация к активному занятию на уроке</p>	<p>Умение проявить дисциплину, внимание, контроль (Л)</p> <p>Умение поставить себе цель для получения оценки (Л)</p>
<p>Вспомнить с ребятами, как начинается правильно разминка и для чего она нужна</p>	<p>Создать ситуацию для принятия правильного решения</p>	<p>Умение высказываться в устной форме (П); Умение добросовестно выполнить упражнения (Р)</p>
<p>Двигательные действия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Повороты на месте; 2. Ходьба на месте; 3. Ходьба на пятках и носках с различной постановкой рук; 4. Медленный бег; 5. Бег с ускорением по сигналу; 6. Восстановительная ходьба; 7. Перестроение в колонну по 4 с интервалом и дистанцией 	<p>Закрепление беговых упражнений</p>	<p>Умение выполнять бег с правильным дыханием (Р); Умение использовать и получать новые знания и опыт (П, Р)</p>
<p>Упражнение на координацию и внимание с музыкальным сопровождением:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Шаг вперед левой, шаг вперед правой, шаг левой назад, прыжок назад с хлопком. На 5,6,7,8 повторяется. 2. Шаг левой в лево, приставной шаг правой; шаг левой, правую приставить, прыжок с хлопком. 5,6,7,8 перемещаемся в правую сторону. 3. Шаг левой в лево, шаг правой скрестно, шаг 	<p>Закрепить ранее изученные действия; Контролировать свои действия ориентироваться на показ, соблюдая музыкальный ритм.</p>	<p>Умение выполнять двигательные действия в коллективе (К); Умение проявить внимание, терпение, трудолюбие (Л).</p>

<p>левой в лево, правую приставить, хлопок. 5,6,7,8 повторить в правую сторону; 4. Шаг левой в лево, правую приставить, шаг левой в лево, правую приставить, шаг левой вперед, правой скрестно, левая назад, правая назад прыжком.</p>		
<p>Подведение итогов. <i>«Ребята, подойдите за жетонами те, кто считает, что хорошо справился с разминкой»</i></p>	<p>Дать возможность само оценить свои действия; Разучить новые упражнения.</p>	<p>Умение оценить свою деятельность</p>
<p style="text-align: center;">Основная часть</p> <p>1. Построение в колонну по два. 2. Шеренга №1 берут баскетбольные мячи (повторение стойки баскетболиста, ведение мяча на месте) Шеренга №2 выполняют силовые упражнения; 3. Броски мяча в парах (напомнить правильную работу рук и ног); 4. Ведение мяча левой и правой рукой, передача двумя руками от груди; 5. Ведение спиной вперед, передача мяча из-за головы; 6. Вспомнить ранее выполняемые упражнения с мячом; 7. Выполнение передачи мяча на скорость (20 сек.)</p>	<p>Совершенствование упражнений с мячом; Развитие ловкости, скорости, реакции, координации.</p>	<p>Дисциплинированность, ответственность за окружающих (Р)</p>
<p>Подведение итогов занятия с мячом (оценить себя, партнера) <i>«Ребята, как выдумаете, входит ли баскетбол в программу олимпийских игр»</i></p>	<p>Сформировать честность по отношению к товарищам</p>	<p>Умение оценить собственную деятельность (Л) Умение высказываться в устной форме (П)</p>
<p>Учитель показывает табличку с олимпийским символом (5 колец). Вопрос детям <i>«Что это такой? И что он обозначает?»</i></p>		<p>Умение высказываться в устной форме (П)</p>
<p>Построение в три команды.</p>	<p>Развитие скоростных качеств</p>	<p>Умение использовать полученную информацию</p>

Первая эстафета:

Команде выдается 5 обручей, каждый участник команды бежит до стены и кладет обруч в той последовательности, что бы в результате получился олимпийский символ ;

Вторая эстафета:

Команде выдается 5 бумажных разноцветных колец. Задание выложить олимпийский символ соответствующий определенному цвету

Подведение итогов олимпийской азбуки (детям раздаются жетоны)

Заключительная часть

«Ребята, где можно применить полученные знания и умения нашего урока»

Предполагаемые ответы:

- 1. Предметные олимпиады;*
- 2. Спортивные викторины;*
- 3. Участие в конкурсах по азробике;*
- 4. В эстафетах;*
- 5. В соревнованиях по баскетболу.*

Посчитать жетоны, поставить оценки

Умение оценить свою деятельность (Л)

Умение высказываться в устной форме (П)