

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА УРОКА ПО
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

«Подвижные игры для здоровья»

УРОК ПОДГОТОВИЛА:
УЧИТЕЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Ломакина Л. В.

2016г

Раздел программы: Подвижные игры.

Тема урока: Подвижные игры для здоровья.

Цель урока: развить интерес детей к физической культуре и здоровому образу жизни на основе подвижных игр.

Задачи урока:

1) **Образовательные** (предметные результаты) - обучение и закрепление ранее изученных подвижных игр «У медведя во бору», эстафета «Быстрее к здоровью», закрепить знания о физических и интеллектуальных качествах человека.

2) **Развивающие** (метапредметные результаты) - Формировать умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих (коммуникативные УУД). Формировать умение контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации (регулятивные УУД)

3) **Воспитательные** (личностные результаты)- Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств. Формировать навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, (нравственно-этическая ориентация, личностные УУД).

Инвентарь: свисток, кегли, обручи, футбольные мячи, конусы

Место проведения: спортивный зал

Этап образовательного процесса	Деятельность учителя	Деятельность учащегося			
		Личностная	Регулятивная	Познавательная	Коммуникативная
1	2	3	4	5	6
Подготовительный(12минут)					
1. Вход в спортивный зал, построение в шеренгу, приветствие, расчёт по порядку. 2.Повторить технику безопасности в игровой форме.	Ознакомить учащихся с целью и задачами урока, настроить на урок. Правила техники безопасности - Если верное высказывание (правило), вы хлопните в ладоши, если я произнесу ложное высказывание, топаете. 1. Во время занятия необходимо следить за своим самочувствием. 2. Строго выполнять указания и рекомендации учителя. 3. На уроке ФК можно есть конфеты, жвачки, нужно громко чавкать. 4. Необходимо соблюдать дистанцию в строю и при выполнении упражнений. 5. Можно кричать и драться. 6. Завязывать шнурки нужно вне строя. 7. Можно резко и быстро выполнять все упражнения, чтобы достигнуть лучшего результата. 8. Запрещается толкаться, ставить подножки товарищу,	Установить роль разминки при подготовке организма к основной части занятия. Уточнить влияние разминки на организм и готовность к работе.	<i>Прогнозирование</i> - предвидеть уровень усвоения знаний, его временных характеристик.	<i>Общеучебные</i> - использовать общие приемы решения задач	Обсудить ход предстоящей разминки. Деятельность направлена на продуктивное взаимодействие при проведении разминки с учителем и сверстниками

3.Разминка: <u>Ходьба по залу с заданиями на осанку, с изменением положения рук:</u> а) на носках, б) на пятках, в) перекат с пятки на носок, г) ходьба с переходом на медленный бег. <u>Беговые задания:</u> -Высоко поднимая бедра -С захлестыванием голени назад -Приставными шагами вправо (влево) <u>Упражнения в движении:</u> а) упражнения для рук и плечевого пояса, б) наклоны к прямой ноге на каждый шаг (ногу ставить на пятку), в) выпады поочередно левой и правой ногой с пружинящим покачиванием, г) махи согнутой и прямой ногой на каждый шаг. д) прыжки в полном приседе 3. Ходьба, восстановление дыхания.	заниматься с развязанными шнурками, перебивать учителя, общаться с товарищем на интересные темы. Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.				
Основной(30 минут)					

1. Подвижная игра: «У медведя во бору...»	Подвижная игра «У медведя во бору...» Ведущий 1 медведь сидит в домике (середине зала), дети ходят во круг и говорят: У медведя в бору, грибы, ягоды беру, а медведь не спит и на нас рычит». После этих слов дети бегут в домик, а медведь ловит детей. Кого поймал, то становится медведем. Повторить правила поведения при беге. Объяснить речевку, добиться их самостоятельному освоению, выявить и устранить ошибки.	Описывать технику изучаемых игровых приемов и действий, повторять и осваивать их самостоятельно, выявлять и устранять типичные ошибки.	Коррекция вносить необходимые коррективы в игровые действия.	Формировать мыслительные операции при произношении речевки.	Адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих. Формирование умения понимать причины успеха и неуспеха учебной деятельности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха.
2. Эстафета «Быстрее к здоровью»	Учитель назначает капитанов, и они выбирают себе команду по очереди. После этого выстраиваются в колонны. 1 этап эстафеты: ребята по очереди бегут до обозначенной линии возвращаются на место. Чья команда прибежала первой, тот капитан поднимает руку вверх. 2 этап эстафеты: ведение футбольного мяча между кеглями. 3 этап эстафеты: кегли из 1й	Определять степень утомления организма во время игровой деятельности Определять	Коррекция адекватно воспринимать предложение учителя по исправлению ошибок.	Общеучебные - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.	Развивать умение выразить свою мысль по поводу быстрого перемещения в ходе эстафеты

3.Перестроение колонну по одному, ходьба по залу на восстановление дыхания.	части площадки перенести в другую, где находится обруч, выполняет каждый участник. Напомнить технику безопасности при выполнения бега.	степень утомления организма во время игровой деятельности			
Заключительный (3мин)					
1.Игра на внимание.	На счет «3» -руки вперед, «13»-руки к плечам, «33»-руки вверх. Допустивший ошибку делает шаг вперед и продолжает игру. Восстановить дыхание после игры.	Определять собственные ощущения при освоении учебной задачи на уроке. Осознавать надобность домашнего задания	Определить смысл поставленной на уроке УЗ	Формировать умения и выделять основные признаки сравнения выполнения УЗ	
2.Анализ выполнения УЗ обучающимися, рефлексия, домашнее задание	Проверить степень усвоения обучающимися УЗ Даём УЗ на дом				