Технологическая карта урока

по  физической культуре

**Дата:** 21.09.20

**Класс:** 2 А

**Тема урока физкультуры:**Легкая атлетика. Метание малого мяча в горизонтальную цель

**Цель урока:**

Овладение навыками метания малого мяча в горизонтальную цель. **Задачи урока:**

**Образовательные:**

1.Обучение технике метания малого мяча в горизонтальную цель.

2.Закрепление понятия двигательных действий.

3.Укрепление здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Воспитательные:**

1.Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

2.Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Развивающие задачи *:***

1.Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

2.Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

3.Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**УУД:**

**Коммуникативные:**

уметь управлять эмоциями при общении со сверстниками и педагогом; взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности; уметь владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения;

**Регулятивные:**

обнаруживать ошибки при выполнении учебных заданий, анализировать их и объективно оценивать результаты собственного труда;

осуществлять поиск новых возможностей и способов их применения;

использовать установленные правила в контроле способа решения.

**Познавательные:**

характеристика действий, объективная их оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта, осуществление логических действий;

самостоятельно формулировать проблемы и нахождение способов их решения.

**Предметные:**

Формировать потребность в ЗОЖ; формировать способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой деятельности; соблюдать правила;

**Планируемые результаты:**

Соблюдать ТБ; повысить эффективность самостоятельной работы; повысить интерес к уроку

**Тип урока :** изучение нового материала

**Форма урока:** групповая

**Технология:** Здоровый образ жизни

**Инвентарь:** теннисные мячи,свисток.

**Место проведения** : спортивная площадка гимназии

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дидактическая структура урока** | **Деятельность ученика** | **Деятельность учителя** | **Универсальные учебные действия** |
| **Вводная часть 10 мин** | | | |
| 1.Построение. 2.Сдача рапорта. 3.Приветствие класса. 4.Сообщение темы, задач урока. | 1'  30''  30''  1' | Обратить внимание на спортивную форму, соблюдение дисциплины, дополнительные вопросы и пояснения по ходу опроса | **Р**: Постановка учебной цели занятия.  Умение организовать собственную деятельность |
| **Ходьба:**  - На носках, руки на поясе;  -На пятках, руки на за головой | 30"  30" | Обратить внимание на положение головы, плеч, спины | Умениераспознавать и называть двигательное действие.  Понимание необходимости выполнения упражнений на профилактику плоскостопия |
| **Бег:**  - с высоким подниманием бедра;  - с за хлёстом голени;  - приставными шагами правым и левым боком;  -многоскоки | 30"  30"  30"  30" | - выше бедро  - чаще движения  - равнение в шеренге | **Р:** Умение правильно выполнять двигательное действие |
| **О.Р.У на месте:**  **1**.  И.п.- о.с, руки на пояс,  **1**- наклон головы вперед  **2**- назад  **3**- вправо  **4**- влево  **2.** И.п.- стойка ноги врозь, руки вперед;  1-4 вращение руками разноименно вперед, тоже назад  **3**.  И.п.- узкая стойка ноги врозь, руки книзу;  1-наклон вперед касаясь;  2-И.п.  3-наклон назад касаясь;  4-И.п.  **4**.  И.п. - стойка ноги врозь, руки на пояс.  **1**-наклон влево, правая вверх;  **2**-и.п.;  **3**- наклон вправо, левая вверх;  **4**-и.п.  **5**. И.п.- стойка ноги врозь, руки вперед;  1-2 мах правой касаясь левой;  3-4 мах левой, касаясь правой;  5-6 мах в сторону правой;  7-8 мах в сторону левой.  **6**. И.п – руки на пояс ;  **1**- выпад левой ногой вперед, руки в стороны;  **2**-и.п.;  **3**-выпад правой ногой вперед, руки в стороны;  **4** -и.п.  **7.** И.п– руки на пояс  **1**.- выпад влево, руки в стороны  **2-** И.п.  **3**- выпад вправо, руки в стороны  **4**- И.п.  **8.** И.п. основная стойка  1-4 прыжки на правой  5-8 прыжки на левой  9-12 на двух ногах | 30"  30"  30"  30"  30"  30"  30"  30" | Темп медленный  Руки прямые, смотрим вперед, поднимаемся выше;  Темп медленный  Наклон глубже. Ноги не сгибать  Ноги прямые, не сгибать.  Рука прямая, наклон глубже  Мах активнее, ноги не сгибаем, руки прямые.  Выпад глубже, спина прямая, смотрим вперед, руки не опускаем, сзади нога прямая  Руки строго в стороны. Взгляд прямой .  Следить за дыханием | Умение правильно выполнять упражнения |
| **Основная часть 30 мин** | | | |
| **1. Метание малого мяча в горизонтальную цель.**  – объяснение выполнения метания – основные фазы;  – метание мяча в горизонтальную цель (обруч на полу, работа в парах). | 15' | Следить за правильным отведением метающей руки, за захватом снаряда.  Не опускать голову вниз в момент выпуска снаряда, активно выполнять хлестообразное движение кистью метающей руки в финальном усилии.  Обруч на полу, работа в парах цель расположена на расстоянии 3-4, 5-6 м от линии метания. | Овладение навыками изучаемого двигательного действия в изменяющихся внешних условиях. |
| **3.** **Игра ««Защита укрепления»** | 10' | На полу (земле) чертится круг диаметром 4-6м.  Выбирается водящий – «кошка». Кошка стоит или приседает в середине круга.  Остальные играющие – «воробьи» - становятся вне круга  На полу (земле) чертится круг диаметром 4-6м.  Выбирается водящий – «кошка». Кошка стоит или приседает в середине круга.  Остальные играющие – «воробьи» - становятся вне круга  По сигналу преподавателя игроки, выполняя передачи мяча друг другу ногами и головой, стараются выбрать удачный момент и точным ударом сбить мячом кегли. Водящий пытается преградить путь мячу и защитить «укрепление». Выполняя передачи и удары, игроки не должны заступать за линии, ограничивающие площадку. Защищая укрепление, водящий может выбирать любую позицию защиты. В конце игры определяется победитель — водящий, который дольше всех защищал свое укрепление. | **К:** Строить продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогом;  Разрешение конфликтов. **К:** Умение работать в команде |
| **4.Упр.на восстановление дыхания** | 5' | 1-вдох,руки вверх ,2 –выдох,руки вниз | **Р:** Умение организовывать собственную деятельность |
| **Заключительная часть 5 минут** | | | |
| 1. Построение  2. Подведение итогов урока  3. Домашнее задание  4. Организованный уход в класс | 1'  1'  1'  2' | В одну шеренгу становись!  Отметить лучших и худших занимающихся | Умение  применять полученные знания в организации режима дня |