

МКОУ «Харанжинская СОШ»

Технологическая карта урока по физической культуре

Подготовил: Чепиль Михаил Григорьевич

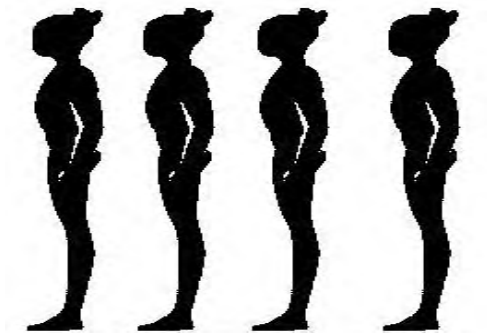
<b>Предмет</b>	Физическая культура	класс	7
<b>Тема урока:</b>	Висы. Строевые упражнения.		
<b>Цели урока</b>	Развитие интереса к гимнастике и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.		
<b>Задачи урока</b>	<p><b>Образовательные</b> (предметные):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Закрепление техники.</li> <li>-Закрепление понятия двигательных действий.</li> <li>-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.</li> </ul> <p><b>Развивающие</b> (метапредметные):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.</li> <li>-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.</li> <li>-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.</li> </ul> <p><b>Воспитательные</b> (личностные):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.</li> <li>-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций во время проведения игр</li> </ul>		
<b>Тип урока:</b>	Изучение нового материала.		
<b>Метод проведения:</b>	групповой, индивидуальный.		
<b>Место проведения:</b>	спортивный зал.		
<b>Инвентарь:</b>	свисток, гимнастические маты, перекладина.		

Дата проведения:	15.12.2021
------------------	------------

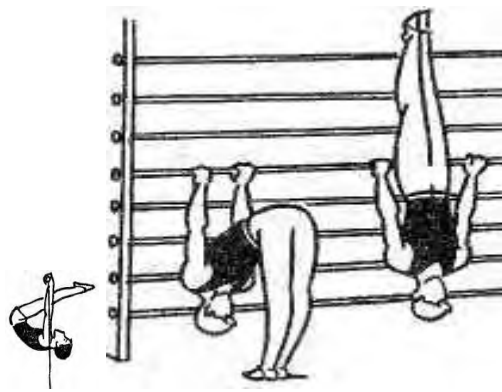
Этап урока	Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я	Деятельность учителя	Деятельность учащихся	Планируемые результаты
<p><b>Ориентировочно-мотивационный этап</b> <b>10 мин</b></p>	<p><u>Построение, приветствие, рапорт.</u> Подготовка к изучаемому материалу. <u>Ходьба</u> -обычная -на носках, руки вверх на пятках, руки за спину не внешней, внутренней стороне стопы задания на внимание по свистку учителя</p> <p><u>Бег:</u> -медленный -змейкой -с захлестыванием голени -с высоким подниманием бедра -с изменением направления по свистку -по диагонали Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох) <u>ОРУ №2</u></p>	<p>Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала. Наводящими вопросами вывести на задачи урока. Инструктаж по Т/Б Значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки</p> <p>Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.</p> <p>Осуществить контроль за проведением ОРУ См. приложение Обращать внимание на</p>	<p>Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного. Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают. Формулируют тему урока. Отвечают для чего это нужно. Выполняют команды</p> <p>Выполняют команды</p> <p>Проводится комплекс упражнений . Выполняют упр. Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на</p>	<p>Умение проявлять внимательность и дисциплинированность. Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья, извлекают необходимую информацию из рассказа учителя. Формирование знаний о значении разминки. Формирование умения реагировать на звуковые команды. Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно</p>

		<p>правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку) Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.</p>	вопрос.	<p>принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок. Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья Умение технически правильно выполнять двигательные действия. Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы</p>
<b>Операционно-</b>	<u>Строевая подготовка</u>	Формулирует задание, осуществляет контроль.	Выбирать более эффективные способы	<b>Регулятивные:</b> адекватно воспринимают

исполнительский этап  
30 мин



Висы на гимнастической перекладине



Подвижная игра «Запрещённое движение»

Играющие делятся на две команды

-Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением.

-Вис согнувшись (м)  
-Вис прогнувшись (м)  
Из вися стоя сзади согнувшись толчком ног перейти в вис прогнувшись. Руки абсолютно прямые, затылок, спина, ноги и пятки касаются стенки. Голова отклонена назад.

-Смешанные висы (д)

Преподаватель перед строем показывает ряд простых общеразвивающих упражнений, которые дети повторяют за ним. Перед игрой договариваются об одном или двух «запрещенных движениях», которые нельзя выполнять, хотя преподаватель может их показывать (например, руки на пояс, упор присев). Совершивший ошибку

решения задач.  
Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняют упражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

**Познавательные:**  
Закрепление техники

**Коммуникативные:**  
умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

		выбывает из игры.		
<b>Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.</b>	<u>Построение.</u> <u>Беседа.</u> Подведение итогов. Оценки. Д/З <i>Спасибо за урок!</i>	Провести построение. Провести беседу. Отметить всех учеников. Указать, за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.	Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности Адекватно воспринимать оценку	Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты. Овладение умением находить компромиссы. Формирование умения оценивать свою работу на уроке