

## **Технологическая карта урока**

Ф. И. О. педагога: Ткачев Вячеслав Евгеньевич

Предмет: физическая культура

Класс: 4 (ФГОС)

Базовый учебник: В.И. Лях «Физическая Культура»

Раздел: Подвижные игры

Тема урока: Развитие физических качеств посредством подвижных игр

**Цель урока:** Развитие физических качеств у детей посредством подвижных игр

**Задачи урока:**

**1.Образовательные** (предметные результаты):

- 1) Познакомить учащихся с порядком выполнения комплекса ОРУ игровым способом (познавательное УУД).
- 2) Ознакомить с новой подвижной игрой (познавательное УУД).
- 3) Дать представление о понятии физических качеств человека (познавательное УУД).

**2.Развивающие** (метапредметные результаты):

- 1) Формировать умение общаться со сверстниками в игровой деятельности (коммуникативное УУД).
- 2) Формировать у учащихся координационные и кондиционные способности (коммуникативное УУД).

**3. Воспитательные** (личностные результаты):

- 1) Комплексное развитие координации, силы, скорости, выносливости (личностное УУД).
- 2) Формирование чувств ответственности, коллективизма, воспитание упорства и потребности к занятиям физическими упражнениями, развитие интеллекта (личностное УУД).
- 3) Формирование умения проявлять дисциплинированность (личностное УУД).

**4. Оздоровительная:**

1. Содействовать достижению гармоничности в физическом развитии (личностное УУД).
2. Формирование умения определять пульс за одну минуту (личностное УУД).

**Тип урока:** Обучающий.

**Необходимое оборудование:**

- Игровые модули с картинками «Физические качества»
- Фишки
- Канат для перетягивания
- Листы для заметок с клейким краем (для определения настроения учащихся и для записи результатов пульсометрии)
- Карандаши

## СТРУКТУРА И ХОД УРОКА

№	Этап урока	Деятельность учителя	Деятельность ученика	Формируемые УУД
1	2	3	4	5
1	<p><b>Подготовительный этап:</b></p> <p><b>1. Построение, приветствие, сообщение темы и задачи.</b>                      - Ребята, мы сегодня с вами начнём урок с того, что узнаем с каким настроением вы пришли на ко мне на занятие. Выберите смайлик, который соответствует вашему настроению.                      А теперь измерим ваш пульс в начале урока и запишем его. Пульс измеряем за 6 сек., дописываем нолик «0» и получаем пульс за 1 минуту.                      Давайте рассмотрим понятие “физические качества” (двигательные способности). Какие физические качества вы знаете?</p> <p><b>2. Ходьба:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) ходьба на носках, руки на пояс</li> <li>2) ходьба на пятках, руки за спину</li> <li>3) ходьба, перекатываясь с пятки на носок, руки к плечам</li> <li>4) ходьба на внешней стороне стопы, руки на поясе;</li> <li>5) ходьба в приседе руки, на колени</li> <li>6) передвижение «крабиком»</li> </ol> <p><b>3. Бег:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) равномерный бег</li> <li>2) бег с изменением направления по сигналу</li> <li>3) бег с высоким подниманием бедра</li> <li>4) бег с захлестом голени</li> <li>5) выпрыгивание с ноги на ногу</li> </ol>	<p>Организация обучающихся на урок.</p> <p>Следить за правильностью измерения пульса</p> <p>Дать понятие о двигательных способностях</p> <p>Следить за осанкой, за правильным выполнением упражнений.                      Закрепление знаний по двигательным действиям                      Следить за дистанцией</p>	<p>Построение в одну шеренгу.                      Активное участие в диалоге с учителем.</p> <p>Соблюдать интервал</p> <p>Соблюдать интервал</p>	<p><b>Р.</b> Постановка учебной цели занятия.  <b>Л.</b> Формирование умения проявлять дисциплинированность  <b>Л.</b> Формирование умения определять пульс за одну минуту</p> <p><b>Р.</b> Умение правильно выполнять двигательное действие  <b>Р.</b> Умение организовать собственную деятельность.  <b>П.</b> Умение распознавать и называть двигательное действие.  <b>Л.</b> Понимание необходимости выполнения упражнений для предупреждения плоскостопия.</p>

<p>6) приставными шагами 7) бег спиной вперед 8) прыжки на одной ноге 9) бег с ускорением</p> <p><b>4.Упражнение на восстановление дыхания</b> Перестроение из 1 колонны в 4 в движении</p> <p><b>5.Выполнение комплекса ОРУ игровым способом «Крестики – нолики с вызовом номеров»</b></p> <p>В этой игре участвуют 4 команды (1-е номера соревнуются со 2-ми, а 3-е с 4-ми), которые выстраиваются в колонны по одному и рассчитываются по порядку номеров, каждый запоминает свой номер. Впереди каждой колонны на расстоянии 10 м ставятся игровые модули (крестики или нолики) 4 цветов. <b>Крестики-нолики</b> — логическая игра между двумя командами на квадратном поле 3 на 3 клетки. Одна из команд играет «крестиками», вторая — «ноликами». Команды ставят на свободные клетки поля 3x3 модули (одна всегда <b>крестики</b>, другая всегда <b>нолики</b>). Во время выполнения комплекса ОРУ руководитель вызывает игроков в любом порядке. Вызванные игроки выбегают вперед, берут модуль своего цвета, ставят в клетку и возвращаются обратно. Команда, выстроившая в ряд 3 своих фигуры по вертикали, горизонтали или диагонали, выигрывает. Первый ход делает игрок, прибежавший первым к квадратному полю 3 на 3 клетки.</p> <p>1. И.п. – стойка, ноги врозь, руки на поясе</p> <p>1 – наклон головы вперед 2 – наклон головы назад 3 – наклон головы вправо</p>	<p>Выполнить расчет по четыре</p> <p>Ознакомить со знаниями по двигательным действиям и умениям</p> <p>Следить за правильностью выполнения упражнения</p>	<p>Перестроение из 1 колонны в 4 в движении Повторяют за педагогом и запоминают. Дети показывают нужные положения и начинают выполнять упражнения, соблюдая рекомендации учителя</p> <p>Сознательное выполнение определенных упражнений.</p>	<p><b>Л.</b> Умение активно включаться в коллективную деятельность.</p> <p><b>Л.</b> Умение проявлять дисциплинированность.</p> <p><b>П,Р.</b> Запомнить упражнения.</p> <p><b>Р.</b> Умение технически правильно выполнять двигательное действие.</p> <p><b>Л.</b> Понимание необходимости выполнения упражнений.</p> <p><b>Л</b> Умение самоопределиться с заданием и принять решение по его выполнению.</p>
---	---	--	--

4 – наклон головы влево

2. И.п.- стойка, ноги врозь, правая рука вверх, левая внизу.

1-2- отведение прямых рук назад, со сменой положения,

3-4 – то же левая вверх.

3. И.п.- стойка, ноги врозь, руки перед грудью в замок.

1-2 –повороты туловища вправо,

3-4 – повороты туловища влево.

4. И.п.- стойка, ноги врозь, руки на поясе

1-2 – наклоны вправо,

3-4 – наклоны влево.

5. И.п.- широкая стойка, руки в стороны.

1- наклон вперед с поворотом вправо, касаясь правой рукой левой ноги.

2- И.п.

3- наклон вперед с поворотом влево, касаясь левой рукой правой ноги.

4 – И.п.

6. И.п.- присед на правой ноге, левая в сторону прямая.

1-3- наклон вперед к прямой ноге,

4 – перенос центра тяжести на левую ногу.

	<p>7. И.п.- выпад правой ногой вперед, руки за спину, спина прямая.</p> <p>1-3- пружинистые покачивания, 4 – смена положения ног прыжком.</p> <p>8.И.п.- о.с., руки внизу.</p> <p>1- прыжок, руки и ноги в стороны 2 – прыжок, руки вверх, ноги вместе. 3 – прыжок, руки и ноги в стороны 4 – И.п.</p>			
2	<p><b>Основной этап:</b></p> <p><b>1. Эстафета «Мостик и кошка».</b> Игроки двух команд стоят в колоннах по два у линии старта. Перед ними в 3 и 6 метрах прочерчиваются два круга (диаметром 1 м). По сигналу первые номера выбегают вперед и, оказавшись в первом круге, делают «мост». Затем вперед устремляется второй игрок. Он пролезает под мостиком и бежит в дальний круг, где принимает упор стоя согнувшись «кошка». Теперь уже первый номер бежит в дальний круг и пролезает между руками и ногами партнера. После этого оба игрока, взявшись за руки оббегают поворотную фишку и меняясь ролями выполняют это задание еще раз. Как только они пересекут линию старта, вперед выбегают по очереди новые два игрока, а прибежавшие встают в конец колонны. Эстафета</p>	<p>Перестроение в 2 колонны</p> <p>Развивать гибкость и ловкость.</p> <p>Ознакомить со знаниями по двигательным действиям и умениям</p> <p>Соотнести задания учителя с двигательными действиями учеников.</p> <p>Развитие умения давать оценку двигательным действиям.</p>	<p>Взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи</p>	<p><b>Р</b> Умение организовать собственную деятельность.</p> <p><b>Л</b> Умение проявлять дисциплинированность.</p> <p><b>К</b> Умение работать в команде.</p> <p><b>Л</b> Уважительное отношение к противнику.</p> <p><b>Л.</b> Уметь оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам.</p>

<p>заканчивается, когда каждая пара выполнит задание по два раза.</p> <p><b>2.Игра «Физические качества».</b> Учащиеся делятся на две команды. Необходимо соотнести картинки, изображенные на игровых модулях физическим качествам. Каждый участник бежит по очереди, выполнив задание возвращается обратно и становится в конец колонны. Побеждает команда, допустившая наименьшее количество ошибок.</p> <p><b>3.Перетягивание каната</b> Канат длиной 10 м кладется посередине площадки вдоль нее. Середина каната отмечается, красной ленточкой. Она должна перед игрой находиться на поперечной линии, начерченной на полу. Параллельно этой (средней) черте с обеих сторон, в 3 м от нее, проводится еще две черты. Играющие делятся на две команды, разные по количеству игроков и по силам. Разделившись в команде на пары, встают справа и слева от каната. По свистку учителя команды стараются перетянуть канат в свою сторону. Когда одной из команд удастся отойти с канатом назад, чтобы ленточка пересекла контрольную линию в 3 м от середины, дается свисток и борьба прекращается.</p> <p>Канат снова кладут на место и повторяют игру. Побеждает команда, которая смогла большее количество раз перетянуть канат на свою сторону.</p>	<p>Развивать быстроту и ловкость. Создание ситуации эмоциональной разрядки. Развитие умения давать оценку двигательным действиям. Построение вдоль каната Развивать силу и выносливость. Создание ситуации эмоциональной разрядки.</p>	<p>Взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи</p>	<p><b>Л.</b> Умение активно включаться в коллективную деятельность. <b>П.</b> Дать представление о понятии физических качеств человека</p>
--	--	--	--

3	<p><b>Заключительный этап (рефлексия) (6 мин).</b>  <b>Разбираем ошибки игры «Физические качества»</b>  <b>Подведение итогов урока. Где мы сегодня побывали? Что нового мы сегодня узнали на уроке?</b>  <b>Пульсометрия и настроение детей в конце урока.</b>  <b>Домашнее задание</b></p> <p><b>Организованный выход из зала</b></p>	<p>Анализируем разницу настроения вначале и в конце урока</p> <p>Анализируем разницу пульса вначале и в конце урока</p> <p>Отметить отличившихся ребят.</p>	<p>Построение в одну шеренгу.</p> <p>Выражают свое мнение об итогах работы на уроке  Активное участие в диалоге с учителем.  Доклад «Физические качества»</p>	<p><b>К.</b> Умение организовывать коллективную совместную деятельность.</p> <p><b>Л.</b> Формирование умения определять пульс за одну минуту</p> <p><b>Р.</b> Умение применять полученные знания в организации режима дня.</p>
---	--	---	---	---

**П** – познавательное УУД

**Р** – регулятивные УУД

**К** – коммуникативное УУД

**Л** – личностное УУД

Литература:

1. Егоров Б.Б., Пересадина Ю.Е. Физическая культура. Учебник для начальной школы. Книга 1 (1-2 классы). – М.: Баласс,
2. Лях В.И. Мой друг – физкультура. 1-4 классы. – М.: Просвещение, 2001; Интернет ресурсы

