**Технологическая карта урока физической культуры ФГОС**

|  |  |
| --- | --- |
| **Название предмета** | Физическая культура |
| **Тема** | «Спортивные и подвижные игры». |
| **Класс** | 3 |
| **Учитель** | Осколков Александр Валентинович |
| **Тип урока** | Образовательно-тренировочной направленности |
| **Цель урока** | Развитие интереса к спортивным играм и универсальных способностей посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся в спортивно-игровой деятельности. |
| **Задачи** | **Образовательные :**1. Познакомить с символами олимпийских игр;
2. Познакомиться с буквами «В» и «С»
3. Совершенствовать стойки, перемещения, ориентировку в пространстве.

**Развивающие :**1. Формировать умения  обучающихся взаимодействовать со сверстниками  в игровой деятельности;
2. Развивать умение контролировать и давать оценку своим двигательным действиям.

**Воспитательные:** **1.**Формировать умение проявлять дисциплинированность, ответственность, упорство в достижении поставленной цели |
| **Место проведения** | Спортивный зал |
| **Время урока** | 40 минут |
| **Наглядность** | Карточки с правильным выполнением  акробатических упражнений |
| **Оборудование** | Мячи: баскетбольные скакалки, кегли, обручи. |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Часть урока** | **Содержание урока** | **Дозировка** | **Целевая установка** | **Вид УУД** |
| **Вводная****часть** | I. Построение, рапорт, сообщение задачи урокаII. Актуализация знаний об олимпиаде (беседа)Олимпийская символикаПять колец: голубой, черный, желтый, красный, зеленый1. «Ребята, где будут проходить

Олимпийские игры 2020 года?»2.  «Что означают 5 переплетенных колец?»3. « Какие виды спорта развиты на этих континентах?»4.  «Ребята! Подумайте и определите для себя,  каким видом спорта хотели бы заниматься, встаньте в то разноцветное кольцо, которое определили? (Рефлексия)»«Девиз: Быстрей, выше, сильнее»5. «Какая еще символика обязательна на олимпийских играх?»«Ребята, а кто сможет сформулировать  цель урока? «(Разучивать движения и некоторые приемы избранных видов спорта)III. Разминка-«Начнем разминку, для чего мы делаем разминку?»Разминка в движении, разновидности ходьбы, бега.а) специальные беговые упражнения.б) комплексные общеразвивающие упражнения на ги. ОРУ со скакалками:- и.п. стойка ноги врозь скакалка внизу1 – на носки, скакалку вверх2 – скакалку за голову3 -  на носки, скакалку вверх4 – и.п.- и.п. стойка ноги врозь, скакалка за спиной1 – наклон, скакалку вверх2 – и.п.3-4 – то же.- и.п. стойка ноги врозь, скакалка внизу1 – выкрут рук назад2 – и.п.3-4 – то же- и.п. стойка ноги врозь скакалку вперед1 –мах правой, ногой коснуться скакалки2 – и.п.3-4 – то же левой- и.п. стойка ноги врозь, скакалка внизу1 – присед, скакалку вперед2 – и.п.3 – присед, скакалку вверх4 – и.п.- и.п. о.с., скакалка вертикально справа на полу1 – прыжок вправо через скакалку2 – прыжок влево через скакалку3-4 – то жеСбор инвентаря. | 1 мин5 мин10 мин4-5 раз4-5 раз4-5 раз4-5 раз4-5 раз4-5раз | Организация обучающихся на урокахСоздание ситуации для промежуточного анализа уровня знаний обуч-сяЗначение роли разминки | Умение проявлять внимательность и дисциплинированностьФормирование осознанного отношения к выбору вида спортаФормирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровьяУмение контролировать последовательность выполнения ОРУУмение запросить помощь и воспользоваться помощью учителя |
| **Основная****часть** | **Игра «Снайпер»** Играют две командыУ игроков теннисные  мячи. Количество попаданий в обруч приносит победу команде**Закрепление двигательного действия** Ведение мяча правой, левой рукой:а) правой, поочередно левойб)  приставным шагомв) с пониженным соскокомПостроение в одну шеренгу. Перестроение в две шеренги, способом расчета на первый-второй. Раздача инвентаря.**Игра «Здоровье»** При помощи считалки выбирается водящий, который играет роль «Вирус». Остальным детям раздается «витамины» в виде масок на голову с изображением:  чеснока, лимона и лука. По сигналу учителя «вирус» начинает догонять и «заражать» детей. Те, кого «вирус» «заражает» останавливаются и стоят на месте. Те дети, у которых «витамины» должны «вылечить» «зараженных», отдав им свою маску с изображением овощей  или фруктов. | 7 мин.7 мин7 мин | Создание ситуации для анализа и самоанализа | Умение анализировать и объективно оценивать результат своей деятельности Оказывать посильную помощь и моральную поддержку  сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устраненияУмение планировать учебное сотрудничество со сверстникамиКонтроль за соблюдением правил игры. |
| **Заключительная часть** | **Подведение итогов урока.** Строевые приемы перестроения**Рефлексия: «Знай свое тело»:**а) Нарисовать схематично скелет человекаб)  назвать основные функция скелета и мышечной системы в организме**Домашнее задание**: выучить буквы «В» и «С» «Физкультурной азбуки». | 3 мин | Формирование самооценки установка на восстановление организма |  Умение  применять полученные знания при выполнении физических упражнений |

**Технологическая карта урока физической культуры**5 класса (ФГОС)

Тема**:**Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги», техника метания малого мяча.

Тип урока**:**комбинированный, обучающий.

**Цели:** Закрепление техники  прыжка  в длину способом «согнув ноги» с 7-9 шагов разбега, обучение технике метания малого мяча в горизонтальную цель (1\*1) с 5-6 м

**Технологическая карта урока физической культуры.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Название предмета** | Физическая культура |
| **Тема** | ТБ на уроках гимнастики. Обучение кувырку назад в группировке. Кувырок вперед.ОРУ со скакалками. |
| **Класс** | 4 |
| **Учитель** | Осколков Александр Валентинович |
| **Тип урока** | Комбинированный |
| **Форма организации** | Индивидуальная, групповая, фронтальная |
| **Технология** | Личностно – ориентированная |
| **Цель урока** | Совершенствование техники выполнения гимнастических упражнений. |
| **Планируемые результаты.****Предметные:****Метапредметные:****Личностные:** | *научатся:*  в доступной форме объяснять технику выполнения кувырков, анализировать и находить ошибки; координировать и контролировать действия.*получат возможность научиться:*  оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении упражнений.*познавательные –*овладеют способностью оценивать свои результаты, указывать на свои ошибки и ошибки одноклассников, формирование представления о технике выполнения кувырка вперед, назад;*коммуникативные –* выражают готовность слушать собеседника и вести диалог, адекватно оценивают собственное поведение и поведение окружающих,*регулятивные –* умение технически правильно выполнять двигательные действия (кувырок вперед, назад).Самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни, формирование навыка работать в группе, развивать внимание, ловкость, координацию; умения соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время выполнения кувырка вперед, назад |
| **Место проведения** | Спортивный зал |
| **Время урока** | 40 минут |
| **Наглядность** | Карточки с правильным выполнением  акробатических упражнений |
| **Оборудование** | Скакалки,  гимнастические маты. |

|  |
| --- |
| 1. **Вводная часть.**

**Цель:** обеспечить психологическую и функциональную готовность обучающихся к решению задач основной части урока и достижению его целевой установки,  актуализация опорных знаний и умений**Организационный момент.****Задачи:**1. Начальная организация учащихся.2. Создание целевой установки на уроке.3. Обеспечение внимания, дисциплины, собранности.4. Регулирование эмоционального состояния, создание благоприятных психических и эмоциональных условий взаимодействия учителя и обучающихся.5. Психологическая настройка на предстоящую деятельность.         |
| **Деятельность учителя** | **Деятельность обучающихся** | **Дозировка** | **ОМУ** | **УУД** |
| Организует построение, проверяет готовность учащихся к уроку. | Строятся в одну шеренгу. Дежурный класса сдает рапорт о готовности класса к уроку.    | 1 мин. | Строевая стойка: пятки вместе, носочки врозь, подбородок приподнят, видеть грудь 4 человека,   | **Коммуникативные УУД:**Взаимодействуют во время построения в шеренгу и выполнения команд. Умение слушать, координировать действия.**Регулятивные УУД:**Умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели. |
| Демонстрация карточек гимнастических упражнений на матах.Для чего нужна гимнастика?  Какие виды гимнастики вы знаете?Какие акробатические упражнения вы уже умеете делать?Какую технику безопасности следует соблюдать при занятиях гимнастикой?Давайте сформулируем тему и задачи   на урок.  | Ответы:*Гимнастика спортивная, художественная, акробатика.**Перекат, кувырок назад, кувырок вперед, стойку на лопатках* Формулируют тему и задачи урока. | 4 мин. | Включить в деятельность обучающихся. | **Познавательные УУД:**Планировать занятия гимнастикой в режиме дня.**Регулятивные УУД:**Умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей.  |
| **Разминка.****Задачи:**1. Всесторонняя подготовка организма учащихся.2. Подготовка группы мышц плечевого пояса, которые будут участвовать в решении двигательных задач основной части урока.3. Обеспечение решения специфических задач основной части урока. |
| **Деятельность учителя** | **Деятельность обучающихся** | **Дозировка** | **ОМУ** | **УУД** |
| Организует выполнение строевых упражнений (команд).Построение, перестроения в шеренги, в колонны в движении | Выполняют команды поворотов на месте, перестроений из одной шеренги в две и обратно | 2 мин. | Команды:"становись!", "равняйсь!", "смирно!", "вольно!", "налево!", "направо", "кругом!", "шагом марш!", «на первый-второй рассчитайсь». | **Коммуникативные УУД:**Взаимодействуют во время перестроения в колонны. Умение слушать, координировать действия.**Регулятивные УУД:**Анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;Выполнять строевые команды, перестроения различными способами, контролировать свои действия согласно инструкции. |
| Организует повторение правил ТБ.Организует  выполнение общеразвивающих упражнений в движении.Организует выполнение ОРУ со скакалкой.  | Повторение правила ТБ на занятиях гимнастикой.Ходьба по залу с дистанцией два шага на носках, на пятках.Бег в равномерном темпе.ОРУ со скакалкой. | 8 мин. | Разминка выполняется фронтально  Руки на пояс, спина прямая.руки за головой, спина прямая. | **Коммуникативные УУД:**Взаимодействуют во время  выполнения упражнений в движении.**Познавательные УУД:** Представлять физическую культуру как средство укрепления и сохранения здоровья,  физического развития и физической подготовки человека; характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий. |

|  |
| --- |
| 1. **Основная часть.**

**Цель:**Обучить  кувырку назад в группировке**.****Задачи:**1. Совершенствование техники  выполнения акробатических упражнений в группах.2. Развитие физических качеств: гибкости, ловкости и координационных способностей.3. Воспитание внимания, чувства товарищества, коллективизма. |
| **Деятельность учителя** | **Деятельность обучающихся** | **Дозировка** | **ОМУ** | **УУД** |
| **Изучение нового материала.** Учитель формулирует задание, осуществляет контроль.Даёт команду  построиться возле матов.Проводит подготовительные упражнения.Объясняет технику правильного выполнения упражнения и показ более подготовленным учеником кувырка вперед, назад.   | Прогнозировать свою деятельность.Слушают, выполняют упражнение.Подготовительные упражнения:группировка из положения упор присев,перекаты в группировке,перекат в группировке с опорой рук. | 10 мин. |  Повторить 4-6 раз.Обратить внимание на положение головы.Выполнение элементов  со страховкой | **Познавательные УУД:**Представлять физическую культуру как средство укрепления и сохранения здоровья,  физического развития и физической подготовки человека; понимать и воспринимать на слух словесные указания учителя и «тренера» в группах.**Регулятивные УУД:**Анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения; Выполнять акробатические упражнения, контролировать свои действия согласно инструкции.**Личностные УУД:**принимать и соблюдать учебную задачу, ориентация на выполнение моральных норм, регулирующих поведение в группе и классе, быть тактичным и уважительным в работе группы**Коммуникативные УУД:**Формировать умение слушать и понимать других, умение работать в паре и группе. . |
| **Первичное осмысление и закрепление.**Организует круговую тренировку.Назначение «тренера» в каждой группеКонтролирующая функция.Работа в группах:1 группа – перекат на спине2 группа – кувырок вперед3 группа – кувырок назад | «Тренеры» выполняют задание первыми, затем следят за выполнением задания учащимися своей группы: исправляют ошибки, в конце проговаривают их. Отрабатывают элементы в группах. | 10 мин. | Расстояние между полосами матов 2 метра.Смена заданий по свистку |
| 1. **Заключительная часть.**

**Цель:**приведение организма в оптимальное для последующей деятельности функциональное состояние и создание установки на эту деятельность, постепенное снижение функциональной активности организма и приведение его в относительно спокойное состояние.**Задачи:**1. Снижение физиологического возбуждения и излишнего напряжения отдельных групп мышц.2. Постепенное приведение организма обучающихся в относительно спокойное состояние (снятие физической и физиологической напряженности).3. Снижение активности сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной системы до нормы.4. Подведение итогов учебной деятельности, с оценкой учителя и самооценкой результатов деятельности обучающихся.5. Организованное завершение занятия. |
| **Деятельность учителя** | **Деятельность обучающихся** | **Дозировка** | **ОМУ** | **УУД** |
| Организует построение обучающихся.        Проводит упражнения на восстановление и расслабление организма. | Строятся в  две шеренги.Выполнение упражнений на восстановление дыхания:1. И.П. - о.с., руки в стороны - вверх.1-3 - полунаклон вперед, спина круглая, руки вперед - вниз - выдох;4-5 пауза;6-8 вдох. вернуться в и.п.2. И.П. - о.с, руки на пояс.1-2 - голову вниз, локти вперед - выдох;3-4 - поднять голову, отвести локти назад - вдох.Выполнить 3-4 раза | 2 мин. | Строго соблюдать методические рекомендации по выполнению упражнений на восстановление дыхания. | **Познавательные УУД:**Представлять физическую культуру как средство укрепления и сохранения здоровья,  физического развития и физической подготовки человека; характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий.**Регулятивные УУД:**Принимать и сохранять учебную задачу |
| **Рефлексия.**Вспомните тему урока. Удалось достичь поставленных целей. Что удалось на уроке, что не удалось? Оцените свою работу на уроке.Подведение итогов урока, оценивание работы класса в целом   | Обучающиеся анализируют свою работу.  | 2 мин. | Отметить лучших ребят. | **Личностные УУД:**Осваивать начальную форму познавательной и личностной рефлексии**Регулятивные УУД:**Адекватно воспринимать оценку учителя и товарищей |
| **Д/задание.** Выполнять комплекс ОРУ. | Организованно покидают спортивный зал. | 1 мин. |  | Обучение перекатам и кувыркам. |