**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА УРОКА**

**( ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ТЕХНОЛОГИИ «ОБУЧЕНИЕ В СОТРУДНИЧЕСТВЕ»)**

|  |  |
| --- | --- |
| Название предмета | Физическая культура |
| Класс | 2 В |
| Раздел программы | Гимнастика |
| Тема урока | Акробатические упражнения ( стойка на лопатках) |
| Тип урока | Комбинированный |
| Формы организации | Фронтальная, групповая, работа в парах |
| Используемые технологии | Проблемного обучения, обучения в сотрудничестве, здоровьесберегающие, игровая |
| Цель урока | Формирование необходимых знаний, умений и навыков для овладения техникой акробатических упражнений ( стойка на лопатках). Развитие физические качества с помощью степ-платформ. |
| Задачи урока | Образовательная:  -закрепить технику выполнения стойки на лопатках, комплекс упражнений на степ-платформах под музыкальное сопровождение  Развивающая:  -развивать координационные, силовые качества, гибкость;  -формировать правильную осанку  Воспитательная:  - формировать у учащихся положительное отношение и интерес к учению, установку на безопасный образ жизни, воспитывать чувства [взаимопомощи](http://www.pandia.ru/text/category/vzaimopomoshmz/) и поддержки. |
| Планируемые результаты | **Предметные**: *научиться:* в доступной форме объяснять технику выполнения стойки на лопатках, анализировать и находить ошибки; оказывать помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении упражнений;  *развивать:* физические качества с помощью степ-платформ;  *формировать:* умение технически правильно выполнять изучаемые действия  **Метапредметные:** *познавательные –* умение вести наблюдение за учебной деятельностью учеников, выявлять свои ошибки и ошибки одноклассников;  *коммуникативные –* слушать собеседника и вести диалог, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе;  *регулятивные –* умение видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохраняя заданную цель  **Личностные:** самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, умение соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время выполнения упражнений. |
| Место проведения | Спортивный зал |
| Время | 30 минут |
| Инвентарь и оборудование | Маты гимнастические, степ-платформы, ленты цветные, карточки для самостоятельной работы, ноутбук, динамики для музыкального воспроизведения |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Этапы урока | Обучающие и развивающие компоненты заданий и упражнений | Дозировка | Деятельность учителя | Деятельность учащегося | Универсальные учебные действия |
| I ч подготовительная (10 минут) | | | | | |
| 1. Организационный момент | Построение, приветствие. | 0,5 мин | Активизация деятельности учащихся посредством выполнения организующих команд. Класс «Становись!». Класс «Равняйсь!», «Смирно!». Приветствие учителя. «Вольно!». | Выполнение организующих команд | Личностные: формирование мотивации к учению, потребности в занятиях физической культурой |
| 2. Постановка цели  3. Подготовка учащихся к усвоению знаний | Сообщение задач урока  1.Ходьба:  - без задания;  - на пятках, руки за голову;  - на носках, руки вверх, ладонями во внутрь;  - в полуприседе, руки на пояс;  - с высоким подниманием бедра, руки к плечам  2.Перестроение в колонну по два, поворотом в движении.  Игра «Хвостики» (под музыкальное сопровождение)  3. Передвижение к степ-платформам, одновременно восстановление дыхания  Построение перед степ-платформами  4.Комплекс ОРУ на степ-платформах под музыкальное сопровождение  Ходьба на месте.  I.И.п. - основная стойка у степ – платформы, руки на поясе  1-шаг правой на степ - платформу, правая рука в сторону;  2-шаг левой на степ - платформу, левая рука в сторону;  3-4- и.п.  5 – шаг правой на степ – платформу, правая рука вверх;  6 – шаг левой на степ – платформу, левая рука вверх;  7 - 8 – и. п.  II. И.п. - основная стойка у степ – платформы  1- касанием пяткой правой ноги степ – платформы, правая рука к плечу;  2- и.п.  3- касание пяткой левой ноги степ - платформы, левая рука к плечу;  4- и.п.  5 – касание носком правой ноги степ – платформы, правая рука вперёд;  6 – касание носком левой ноги степ – платформы, левая рука вперёд;  7- 8 – и.п.  III.И.п. – основная стойка стоя на степ- платформе, руки к плечам.  1-2 -выпад вправо, руки в стороны, посмотреть на правую руку;  3-4- и.п.  5-6-тоже влево;  7-8 - и.п.  IV.И.п. - основная стойка у степ – платформы  1-2 - наклон вперёд, с касанием руками о степ- платформу;  3-4- и.п.  5-6- наклон вперёд, с касанием руками за степ - платформой;  7-8 - и.п.  V. И.п.- основная стойка у степ - платформы  1 – правая нога на степ  2 – перенести левую ногу через степ, коснуться пола перед степом  3 – 4 – и.п.  5 – 8 – то же левой ногой  VI. И.п. - основная стойка у степ – платформы.  1 - шаг на степ- платформу правой;  2 - шаг на степ- платформу левой;  3-4 - и.п.  5- полуприсед, руки перед грудью;  6- и.п.  7 - полуприсед, руки перед грудью;  8- и.п.  VII. И.п. - основная стойка у степ – платформы.  1-2 - шаг правой на степ- платформу, небольшой мах левой, руки произвольно;  3-4- и.п.  5-6 - шаг левой на степ- платформу, небольшой мах правой, руки произвольно;  7-8- и.п.  VIII. И.п. - основная стойка у степ – платформы.  1 - прыжком правая на степ;  2 - прыжком левая на степ.  Ходьба на месте с восстановлением дыхания | 1 мин  1,5 мин  2 мин  0,5 мин  5 мин  6-8 раз  6-8 раз  6-8 раз  6-8 раз  6-8 раз  6-8 раз  6-8 раз  6-8 раз | *Создаёт ситуацию для самоопределения учащихся и принятия ими цели урока.* Вместе с детьми формулирует тему урока: Ребята, скоро зима. На дорогах гололёд. Почему во время гололёда люди получают всевозможные травмы? (не умеют падать). Но ведь при падении можно сгруппироваться и травму можно избежать. Вопрос, какие акробатические упражнения включают в себя группировку?  Как вы думаете, что необходимо для того, чтобы правильно выполнить акробатические упражнения? Одним из условий успеха при выполнении акробатических упражнений является хорошее развитие физических качеств. Задание: наблюдать и примечать, какие физические качества мы будем развивать в течении урока. В заключительной части ответить на этот вопрос  Даёт команду «Налево в обход шагом марш!». Делает необходимые организационно-методические указания.  Идти в ногу, темп средний. Следить за осанкой  Спина прямая, плечи развернуты.  Руки прямые  Спина прямая  Даёт команду «Налево в колонну по два марш!»  Объясняет правила игры «Хвостики». Каждая команда получает ленточки своего цвета. Игроки прижимают их резинками спортивных штанов, делая себе хвостики. По сигналу начинается игра. Игроки стараются выхватить хвостики у противника. Выигрывает команда, которая сумеет выхватить все хвостики.  Осуществляет руководство игрой.  Дает указания: дышать равномерно, дыхание не задерживать  Дает команду «Налево в колонну по три марш!»  Осуществляет показ, делает необходимые организационно-методические указания.  Ступню ставить на платформу полностью. Темп выполнения средний.  Следить за осанкой. Темп выполнения средний.  При выполнении шага в сторону вес тела на опорной ноге, другая лишь касается пола носком. Темп выполнения средний.  При наклоне ноги прямые.  Следить за дыханием  Следить за осанкой. Темп выполнения средний.  Ступню ставить на платформу полностью, следить за осанкой.  Следить за дыханием | Слушают, отвечают на вопросы. Вместе с учителем формируют тему урока и ее актуальность.  Выполняют упражнения  Перестраиваются в колонну по два  Играют в подвижную игру «Хвостики»  Восстанавливают дыхание  Строятся перед степ-платформами  Выполняют комплекс ОРУ на степ-платформах под музыкальное сопровождение | Регулятивные: использовать имеющие знания и опыт  Познавательные: распознавать и называть двигательные действие, осуществлять поиск необходимой информации  Личностные: воспитание дисциплинированности  Регулятивные: развитие внимания, умение оценивать правильность выполнения действий, вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. |
| II ч основная (17 минуты) | | | | | |
| 4.Закрепление пройденного материала | 1. Подводящие упражнения  -группировка сидя: из седа согнуть ноги в коленях, ступни поставить слегка врозь, взяться руками за середину голеней, плотно подтянуть ноги к груди, слегка развести колени и наклонить голову вперед между коленями, локти прижать к туловищу;  - группировка лёжа на спине: из положения лёжа на спине согнуть ноги, взяться руками за голени, подтянуть колени к плечам, а плечи к коленям, голову наклонить вперёд между коленями;  -группировка в приседе: из стойки ноги врозь, присесть, взяться руками за середину голеней, наклонить туловище к коленям, локти прижать к туловищу, спину округлить, голова между коленей, наклонена, сидеть на всей ступне  3.Игра «Ёжики и лисы»  Учащиеся делятся на две команд. Первая команда – ёжики, вторая – лисы. Ёжики находятся в группировке сидя. Лиса подходят к ёжику и толкает вперёд, ёжик должен пролежать в группировке, пока лиса обходит вокруг мата. Затем дети меняются ролями (игра выполняется под музыку)  4.Стойка на лопатках | 7 мин  2 мин  8 мин | Прежде чем приступить к выполнению стойки на лопатках, давайте повторим группировки.  Для этого я предлагаю создать 3 группы  *Организует работу в группах*  В каждой группе нужно выбрать трёх человек, которые будут отвечать за объяснения и показ одной из группировок.  Объясняет правила, осуществляет руководство игрой  Объясняет и показывает технику выполнения стойки на лопатках. Формулирует задание, обеспечивает мотивацию выполнения, осуществляет индивидуальный контроль. | Учащиеся передвигаются к месту выполнения акробатических упражнений  Договариваются о распределении функций и ролей совместной деятельности. Определяют, каким способом будут объединяться в группы, выбирают тех, кто будет отвечать за объяснения и показ одной из группировок. Работают в группах по станциям. На каждой станции имеются карточки с описанием и изображением группировки. Выбранные учащиеся поясняют задание, контролируют его выполнения.  Закрепляют полученные умения в игровой деятельности  Учащиеся объединяются в пары, один выполняет упражнения под счет учителя, другой осуществляет помощь и страховку, контроль правильности выполнения упражнений, затем меняются ролями. | Предметные: выполнять группировки  Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений; действуют с учетом выделенных учителем ориентиров; адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ движений учителем  Коммуникативные: умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, контролируют действия партнера. Слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения.  Познавательные: восстановить навык в выполнении группировки.  Регулятивные: принимают инструкцию учителя и четко ей следуют  Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения |
| III ч заключительная (3 минуты) | | | | | |
| 4.Рефлексия и самооценка | 1.Построение в одну шеренгу.  2.Игра «Вопрос-ответ»  Учитель загадывает слова, имеющее отношение к теме урока. Дети должны отгадать это слово, по очереди задавая вопросы, на которые учитель отвечает "да" или «нет»  3.Подведение итогов  4.Домашнее задание | 1 мин  1,5 мин  0,5 мин | Объясняет правила игры, осуществляет руководство  Учитель задаёт вопрос: какие физические качества сегодня мы развивали на уроке? Что нового вы узнали на уроке?  Ребята, скажите мне, какой всеми любимый праздник мы скоро будем отмечать. Конечно же это новый год. Вы уже начали готовиться к нему? Давайте нарядим ёлку вашими отметками.  Озвучивает домашние задание: самостоятельно найти информацию о том, какое влияние оказывают упражнения степ-аэробики на организм занимающихся | Слушают правила, играют в игру  Отвечают на вопросы (после ответов на мультимедийном экране слайд с физическими качествами)  Учащиеся оценивают себя самостоятельно: выбирают елочную игрушку в соответствии с самооценкой: розовый-отлично, жёлтый-хорошо, зелёный-удовлетворительно. Пишут на игрушках своё имя и вешают на ёлку. | Регулятивные:  умение анализировать и давать оценку собственной деятельности, оценку успешности достижения цели. |