

МБОУ «СОШ № 15»
Технологическая карта урока по физической культуре
«Подвижные игры с веревочкой»

Урок подготовила:
учитель физической культуры:
Семенова Надежда Александровна

Раздел программы: Подвижные игры.

Тема урока: Подвижные игры с веревочкой.

Цель урока: Развивать физические способности и мелкую моторику пальцев у обучающихся на основе подвижных игр с веревками.

Задачи урока:

1) Закрепление ранее изученных подвижных игр «Фигуры», «Космонавты», «Кони и кучер», «Веревочка», закрепить знания о физических качествах человека.

2) Сформировать умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих. Сформировать умение контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.

3) Воспитывать ценностное отношение к ЗОЖ, трудолюбие, волевых качеств. Сформировать навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

Инвентарь: веревки разной длины.

Место проведения: спортивный зал

Этап образовательного процесса	Деятельность учителя	Деятельность учащегося			
		Личностная	Регулятивная	Познавательная	Коммуникативная
1	2	3	4	5	6
Подготовительный (10 – 12 минут)					
1. Подвижная игра «Здравствуй друг!». Вход в спортивный зал, построение	Здравствуйте ребята! Я очень рада видеть вас таких спортивных, веселых и задорных. Учитель отмечает игрока, который назвал	Установить роль разминки при подготовке	<i>Прогнозирование</i> - предвидеть	<i>Общеучебные</i> - использовать общие приемы	Обсудить ход предстоящей разминки.

<p>в круг (девочки), следом заходят мальчики и пожимая руку говорят приветствие.</p> <p>2. Повторить технику безопасности в игровой форме.</p> <p>3.Разминка: <u>Ходьба по залу с заданиями на осанку, с изменением положения рук:</u> а) на носках; б) на пятках; в) пережат с пятки на носок; г) ходьба с переходом на медленный бег.</p> <p><u>Беговые задания:</u> - высоко поднимая бедра, - с захлестыванием голени назад, - приставными шагами правым (левым) боком. Перестроение в две колонны.</p> <p><u>Упражнения в кругу с веревкой:</u> 1) И.п – осн.стойка. а) веревка вверх, б) веревка на плечи, в) веревка вверх, г) и.п. 2) И.п – ноги на ширине плеч, веревка в локтевых сгибах в руках за спиной. а,б) наклон вправо, в,г) наклон влево.</p>	<p>разные комплименты.</p> <p>Какие физические качества вы знаете?</p> <p>П.Игра — активная деятельность ребенка, она является ведущим видом деятельности, и является одним из наиболее эффективных способов развития физических качеств.</p> <p>Как вы думаете, а какая тема нашего урока сегодня?</p> <p>Ознакомить учащихся с целью и задачами урока, настроить на урок.</p> <p>Напомнить правила техники безопасности.</p> <p>- Если верное высказывание (правило), вы хлопните в ладоши, если я произнесу ложное высказывание, топаете.</p> <p>1. Во время занятия необходимо следить за своим самочувствием.</p> <p>2. Строго выполнять рекомендации учителя.</p> <p>3. На уроке ФК можно есть конфеты, жвачки.</p> <p>4. Необходимо соблюдать дистанцию в строю и при выполнении упражнений.</p> <p>5. Можно кричать и драться.</p> <p>6. Завязывать шнурки нужно вне строя.</p> <p>7. Можно резко и быстро выполнять все упражнения, чтобы достигнуть лучшего результата.</p> <p>8. Запрещается толкаться, ставить подножки товарищу, заниматься с развязанными шнурками, перебивать учителя, общаться с товарищем на интересные темы.</p> <p>Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.</p>	<p>организма к основной части занятия.</p> <p>Уточнить влияние разминки на организм и готовность к работе.</p>	<p>уровень усвоения знаний, его временных характеристик.</p>	<p>решения задач.</p>	<p>Деятельность направлена на продуктивное взаимодействие при проведении разминки с веревкой, с сверстниками.</p>
--	--	--	--	-----------------------	---

<p>3) И.п – осн.стойка, веревка в руках за спиной. а) присед, веревка в колени, б) руки вперед, в) взять веревку, г) и.п. 4) И.п – осн.стойка. а) выпад правой, б) и.п, в) выпад левой, г) и.п. 5) И.п – сед, ноги согнуты, веревка на плечи. Пресс – 15раз девочки, 20 мальчики. б) Прыжки парами через веревочку (45 раз). 4. Ходьба и построение в два круга, восстановление дыхания.</p>	<p>Следить за осанкой.</p> <p>Следить за интервалом.</p> <p>Следить за веревкой, зажимать ногами, не отпускать.</p> <p>Выполнять дружно и одновременно.</p> <p>Мальчики держат веревку ногами, считают девочкам, затем меняются местами.</p> <p>При выполнении прыжков дети держатся за руки.</p>				
<p>Основной (25 - 27 минут)</p>					
<p>Построение в два круга. Победители получают медальки.</p> <p>1. Подвижная игра: «Фигуры» - 5-6 минуты.</p>	<p>Объяснить технику изучаемых игровых приемов и действий, добиться их самостоятельному освоению, выявить и установить типичные ошибки.</p> <p>Подвижная игра «Фигуры». По сигналу учителя, играющие начинают движение по кругу сначала медленно, а затем всё быстрее и быстрее. Руководитель, громко говорит, фигуру, например: «Внимание, квадрат!» после чего дети из веревки образуют</p>	<p>Описывать технику изучаемых игровых приемов и действий, повторять и осваивать их самостоятельно, выявлять и</p>	<p><i>Коррекция</i> - вносить необходимые коррективы в игровые действия. <i>Коррекция</i> - адекватно воспринимать предложение</p>	<p>Формировать мыслительные операции при произношении речевки. <i>Общеучебные</i> - контролировать и оценивать процесс и результат</p>	<p>Адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих. Формирование умения понимать причины</p>

<p>2. Подвижная игра: «Космонавты» - 6-7 минут.</p> <p>3. Подвижная игра: «Кони и кучер» - 10-12 минут.</p>	<p>квадрат, треугольник или круг.</p> <p>Подвижная игра «Космонавты». по углам и сторонам зала лежать веревочки – «ракетодомы». Дети берутся за руки и образуют круг и проговаривают: «Ждут нас быстрые ракеты, Для прогулки на планету, На какую захотим, На такую полетим, Но в игре один секрет: Опоздавшим места нет!» после чего игроки стараются как можно быстрее взять любую веревочку и по парам завязать себя на узелок и бантик. Учитель называет победителей, которые быстрее всех завязывали узелки.</p> <p>Подвижная игра «Кони и кучер». По сигналу учителя, тройки начинают двигаться по площадке. Учитель громко говорит: <i>«Кони понесли!»</i>, после чего все играющие отпускают веревочку и стараются разбежаться в разные стороны, а кучер старается догнать и осалить своих коней.</p>	<p>устранять типичные ошибки. Определять степень утомления организма во время игровой деятельности.</p> <p>Определять степень утомления организма во время игровой деятельности.</p>	<p>учителя по исправлению ошибок.</p>	<p>деятельности. Информационные – искать и выделять необходимую информацию в подвижной игре.</p>	<p>успеха и неуспеха учебной деятельности, конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха. Развивать умение выразить свою мысль по поводу быстрого перемещения в ходе игровой деятельности.</p>
<p>Заключительный (5 мин)</p>					
<p>1. Подвижная игра на внимание: «Веревочка» - 3 минуты</p> <p>2. Анализ выполнения УЗ обучающимися, рефлексия, самооценивание, домашнее задание.</p>	<p>Подвижная игра «Веревочка». По сигналу учителя водящий старается коснуться по руке одного из играющих, которые имеют право убрать только одну руку. Восстановить дыхание после игры. Как вы считаете, где можно использовать полученные знания? Выложить на полу фигуры пятиугольник (5), четырехугольник (4), треугольник (3).</p>	<p>Определять собственные ощущения при освоении учебной задачи на уроке. Осознавать необходимость домашнего задания.</p>	<p>Определить смысл поставленной на уроке УЗ.</p>	<p>Формировать умения и выделять основные признаки сравнения выполнения УЗ.</p>	

Семенова Надежда Александровна, учитель физической культуры МБОУ «СОШ №15» г. Усолъе-Сибирское

	<p>Дети встают в фигуру, оценивая себя. Выделить победителей по медалям. Проверить степень усвоения обучающимися УЗ. Молодцы, спасибо за урок! Ставим УЗ на дом.</p>				
--	--	--	--	--	--