**Технологическая карта урока**

**Предмет:** физическая культура

**Класс:** 3

**Учитель:**Галайко Галина Петровна

**Дата:** 17.01.2022 г.

**Базовый учебник**: В.И. Лях «Физическая культура».

**Тема урока:** Эстафеты с мячом.

**Тип урока:** Урок с образовательно-тренировочной направленностью.

**Форма проведения урока:** Урок с элементами соревнования.

**Цель урока:** Развитие физических качеств обучащихся на основе эстафет с мячами.

**Задачи урока:**

Образовательные:

Развивающие: Способствовать развитию скоростно-силовых качеств.

Воспитательные:

Воспитывать целеустремленность, настойчивость, упорство в достижении поставленной цели.

Оздоровительные:

Способствовать укреплению опорно-двигательного аппарата, СС и дыхательной систем.

***Формируемые УУД****:*

*Личностные:* воспитание дисциплинированности, умение добросовестно выполнять учебное задание.

*Регулятивные:* умение контролировать и оценивать результаты собственной деятельности

*Коммуникативные:* умение работать в паре, умение увидеть ошибки других учащихся и подсказать пути их исправления; умение логически грамотно излагать, аргументировать  и обосновывать собственную точку зрения.

*Познавательные:* понимать значение выполняемых действий, умение соотносить реальный результат с нормой посредством самооценивания.

***Планируемые результаты:***

Предметные:

*Знать:* сопоставлять изученный материал с возможностью его применения в игровой и повседневной деятельности.

*Уметь:* работать в группе, анализировать, сравнивать выполнение товарища с эталоном, дать характеристику собственному выполнению упражнения.

Личностные: Умение добросовестно выполнять учебное задание.

Метапредметные: сопоставлять изученный материал с возможностью его применения в игровой и повседневной деятельности.

**Тип урока:** урок повторения.

**Место проведения**: спортивный зал.

**Необходимое оборудование**: мячи теннисные, мячи баскетбольные, мячи волейбольные, конусы.

**СТРУКТУРА И ХОД УРОКА**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Этап урока | Деятельность учителя | Деятельность ученика | Формируемые УУД |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1 | ***Подготовительная  часть (15 минут)***  1. Построение, приветствие.  2. Актуализация знаний. Сообщение темы и целей урока.  3. Расчёт по порядку. Расчёт на первый-второй. Перестроение в две шеренги. Повороты направо, налево, кругом.  4. Ходьба с заданиями:  \*ходьба на носках, руки на поясе;  *\**ходьба на пятках, руки за спиной;  \*ходьба на внешней стороне стопы;  \*ходьба, перекатываясь с пятки на носок;  5. Бег с заданиями:  \*правым боком приставным шагом;  \*левым боком приставным шагом;  \* ускорение по диагонали и т.д.  \*перестроение в две шеренги.  6.Повторение ТБ при работе с мячами (Приложение 1).  ОРУ с мячом. (Приложение 1).  7. ОРУ с мячом. (Приложение 2).  8. Перестроение для эстафет в 2 колонны. | Организация учащихся на урок.  Постановка проблемной ситуации. (Загадка про мяч).  -Какие виды мячей вы знаете?  -Как можно использовать мяч на уроке физкультуры?  -Сформулируйте тему урока.  Следить за осанкой, за правильным выполнением упражнений.  Закрепление знаний по двигательным действиям.   -Для чего мы с вами выполняли эти упражнения?  Научить самостоятельно выполнять упражнения. | Построение в одну шеренгу.  Активное участие в диалоге с учителем.  Теннисные, футбольные, волейбольные, баскетбольные, бейсбольные, мячи-хопы,...  Выполнять ОРУ с мячом, проводить эстафеты, играть в подвижные игры.  «Эстафеты с мячом и подвижные игры».  Соблюдать интервал.  Профилактика плоскостопия.  Соблюдать интервал.  Запомнить упражнения.  Повторяют за педагогом и запоминают. | Постановка учебной цели занятия.  Умение правильно выполнять двигательное действие.  Умение распознавать и называть двигательное действие.  Понимание необходимости выполнения упражнений для  предупреждения плоскостопия.  Умение организовать собственную деятельность.  Умение распознавать и называть двигательное действие.  Умение работать в паре.  Умение взаимодействовать со сверстниками.  Умение видеть и чувствовать красоту движения. |
| 2 | ***Основная часть (25 минут)***  *1.Эстафеты с мячами:* (Приложение 3).  1.«Волна»  2.«Передал, садись»  3.«Мяч над головой» с ведением  4.«Мяч капитану»  5.«Быстрый и ловкий».    2. *Подвижная  игра «Ящерица».*     (Приложение 4). | Вспомнить правила безопасности по время проведения эстафет с мячом.  Закреплять знания по двигательным действиям.  Соотносить задания учителя с двигательными действиями учеников.  Развитие умения давать оценку двигательным действиям. | Водящий оценивает выполнение заданного положения, дети активно играют, соблюдая правила. | Умение самоопределиться с заданием и принять решение по его выполнению.  Умение работать в команде.  Умение технически правильно выполнять двигательное действие.  Умение активно включаться в коллективную деятельность. |
| 3 | Заключительная часть (5 минут)  Построение в одну шеренгу.  *Малоподвижная игра «Запрещённое движение».*                       Приложение 4.  Подведение итогов урока.  Домашнее задание: придумать новый комплекс упражнений с мячом. | Умение организовывать коллективную совместную деятельность  Отметить отличившихся ребят.  Составить комплекс ОРУ с мячом |  | Умение выполнять упражнения по команде.  Умение  применять полученные знания в организации режима дня. |

**Приложение 1.**

*Повторение ТБ при работе с мячами*

— Игроки должны быть в спортивной форме и обуви, чтобы движения были свободными.

— Перед игрой волосы собрать в косички, снять украшения: серьги, кольца, заколки; ногти должны быть коротко острижены, чтобы избежать травм.

— Во время эстафет необходимо строго соблюдать правила, выполнять требования учителя.

— Баскетбольный мяч тяжёлый, жёсткий, поэтому нужно аккуратно выполнять действия с ним, чтобы он не попал вам в лицо, или не ударил больно.

*Во время ведения мяча*

Не бить по мячу кулаком, ладонью

Не смотреть на мяч

Уметь выбирать оптимальную скорость

Избегать столкновений

Предугадывать перемещение соперника

Уметь вовремя остановиться, снизить скорость

*При передачах мяча*

Не выставлять пальцы вперед навстречу передаче

Не передавать мяч резко с близкого расстояния

Передавать мяч точно, с оптимальной силой

Не передавать мяч если его не видит партнер

Не передавать мяч через руки

Не передавать мяч в ноги

Не тянутся к мячу, если он не долетает до рук, необходимо переместиться к мячу

***Приложение 2.***

***ОРУ с мячом.***

**1. «Вверх»**

**И.п. о.с**., мяч перед грудью, 1 –мяч вверх и за голову,2 – в и.п., 3- мяч вверх и за голову, 4 – и.п. (6 раз)

**2.«Выпад»**

И.п.: о.с., мяч перед грудью, 1 – левая нога назад на носок, мяч вперёд,2 – в и.п., 3- правая назад на носок , мяч вверх, 4 – и.п. (6 раз)

**3.«Поворот»**

И.п.: стойка ноги на ширине плеч, мяч у груди. 1 – поворот вправо, руки с мячом вытянуть; 2 – и.п.; 3 – поворот влево, руки с мячом вытянуть (8 раз), 4 – и.п.

**4.«Наклоны»**

И.п.: стойка ноги на ширине плеч, мяч у груди. 1-3 – наклон вперёд, коснуться мячом правой ноги, пола, левой ноги; 4 – и.п. (6 раз)

**5.«Приседания»**

И.п.: стоя, ноги на ширине плеч, мяч внизу. 1- присесть, руки с мячом вперёд, 2 – встать, и.п. (6-7 раз)

**6.«Прыжки»**

И.п.: Прыжки на вокруг мяча

**7.«Вдохни глубоко»**

И.п.: стоя, ноги на ширине плеч, мяч внизу. 1-2 – поднять мяч вверх, глубоко вдохнуть, 3-4 – опустить мяч вниз, выдохнуть. (6-7 раз).

**8. Школа мяча (проводит учитель)**

**- вращение мяча вокруг головы, пояса, ног(«восьмёрка»)**

**- удары мячом об пол поочерёдно, то правой, то левой рукой в высокой (низкой)стойках, правой и левой попеременно**

**Приложение 3.**

1.«Волна» (Ученики стоят в метре друг от друга. По команде первый передает мяч сверху, второй – снизу и т.д.)

2.«Передал, садись!» (Команды в колоннах. Капитаны стоят к ним лицом на определенном расстоянии. Мяч у капитанов. По команде, капитаны выполняют передачу заданным способом первым участникам,  те – обратно капитану, а потом садятся).

3.«Мяч над головой» с ведением (Ученики стоят в метре друг от друга. По команде все выполняют передачу мяча сверху. Последний бежит вперед между игроками с ведением мяча).

4.«Мяч капитану». (Капитаны стоят на расстоянии 4 метров лицом к командам. В руках капитанов волейбольные мячи. По сигналу капитаны бросают мяч первым игрокам двумя руками от груди. Игрок ловит мяч, возвращая его капитану и бежит, встаёт за капитаном. Так все игроки перебегают к капитану. Но последний игрок остаётся на месте. Теперь он – капитан и так же бросает мяч игрокам, пока вся команда не вернётся на место.)

5.«Быстрый и ловкий». (У первых игроков в руках баскетбольный мяч. По сигналу первые игроки ведут мяч баскетбольным вариантом до ориентира. Обводят вокруг ориентира и возвращаются на место, передав мяч следующему игроку.)

**Приложение 4**

***Подвижная игра «Ящерица».***

Подготовка. Участники делятся на две команды, одна из которых идёт в круг, а другая остаётся за кругом с волейбольным мячом. Игроки в круге выстраиваются в колонну во главе с капитаном и берут друг друга за плечи или за локти.

Содержание игры. По сигналу руководителя игроки, которые образуют круг, перебрасывают мяч друг другу, стараясь прямым попаданием выбить последнего игрока колонны. Выбитый игрок выбывает из игры. Через 5-8 мин команды меняются ролями.

Побеждает команда, которая за установленное количество времени выбьет больше игроков.

Правила игры: 1. Не разрешается закручивать спираль (пряча последнего). 2. Игроки не должны расцеплять руки. 3. Попадание в голову не засчитывается. 4. Попадание с отскока от пола не засчитывается.

***Малоподвижная игра «Запрещённое движение».***

Дети становятся в одну шеренгу. Учитель объявляет запрещённое движение, которое дети не должны делать, но остальные команды должны выполнять быстро. Подаются различные команды: руки вверх, вниз, вперёд, шаг влево, налево и.т.д., между ними объявляется время от времени «запрещённое движение». Кто выполнил запрещённое движение, тот делает шаг назад. Выявляются самые внимательные ученики.

**Самоанализ урока физической культуры**

**по теме: «Эстафеты с мячом» в 3 классе**

Урок физической культуры проходил в 3 классе. Тема занятия соответствует рабочей программой по предмету.

Цель и задачи урока были определены исходя из рабочей программы и требований Федеральных государственных образовательных стандартов начального общего образования (ФГОС НОО), где главная цель - развитие личности ребенка, формирования его компетенций.

При выборе технологии, методов, форм работы были учтены физические, психолого-педагогические особенности обучающихся 3 класса. Уровень физического развития класса средний.

В классе обучается 10 человек, из них 7 человек относятся к основной группе, 6 человек - к подготовительной группе здоровья. На детей, имеющих подготовительную группу здоровья, в ходе урока обращалось дополнительное внимание: им была уменьшена нагрузка в ходе разминки, особый контроль за самоконтролем ЧСС.

Занятие проходило в проветренном чистом спортивном зале. Инвентарь был приготовлен заранее и расположен в специально отведенном месте.

Урок начался с определения темы и задач урока.

Структура урока соответствовала игровой технологии. Разминка была проведена с учётом работы всех групп мышц, чтобы исключить возможность травм на занятии.

В основной части урока были успешно проведены эстафеты. Во время проведения эстафет, ученики развивали ловкость, быстроту, силу, выносливость.  
Эстафеты дали возможность направить эмоциональную и умственную активность учащихся на формирование жизненно важных двигательных навыков и развитие физических способностей, улучшение состояния здоровья, снижение утомляемости учащихся. Для максимального исключения «простоя» учащихся на уроке использованы поточный, групповой методы и их комбинации, которые способствовали более высокой плотности урока. Обучающиеся включались во все виды деятельности на уроке.

Обучающиеся уже владеют начальными навыками самостоятельной работы, способны выполнять анализ двигательных действий, как собственных, так и одноклассников. На проведение самоконтроля обращалось внимание в ходе урока. Обучающиеся быстро выполняют задания, однако при этом могут делать большое количество ошибок, поэтому нуждаются в постоянном контроле. Контроль необходим и при выполнении новых упражнений и проведении подвижных игр. Это была моя задача, как преподавателя. Старалась указывать на ошибки тактично, чтобы не снизить интерес к физическим упражнениям у обучающихся.

Предложенное учащимся домашнее задание разработать собственный комплекс утренних упражнений явилось логическим завершением учебного занятия.

Проведенный урок соответствует поставленным задачам. Задачи этого урока работают на перспективу, т.к. полученные технико-тактические навыки будут использованы в последующих занятиях и при выполнении норм ГТО.

Считаю, что познавательная и двигательная активность обучающихся была на высоком уровне, время уроков использовалось рационально.

Полагаю, что поставленные мною цели урока по созданию условий по формированию обозначенных УУД, работа над которыми будет продолжена на последующих занятиях, достигнуты в полной мере.

«Мы любим урок физической культуры» - так говорят мои учащиеся, эти слова я надеюсь слышать и в дальнейшей моей профессиональной деятельности!