**Технологическая карта урока по физической культуре**

**Тема: Беговые упражнения»**

**Класс: 6**

****

**Учитель: С.И. Ярина**

**МБОУ «Менделеевская СОШ»**

**Технологическая карта урока в 6 классе. Учитель физической культуры МБОУ «Менделеевская СОШ» С.И. Ярина**

**Тема:** «Беговые упражнения»

Цель: формирование ценностного отношения учащихся к здоровому образу жизни через осмысленное выполнение беговых упражнений

Задачи урока:

1. Совершенствовать физические качества обучающихся через беговые упражнения (через бег в медленном темпе, бег с ускорением, эстафетный бег, бег с выполнением заданий).
2. Выяснить, что является результативными факторами эстафетного бега команды
3. Воспитывать патриотические чувства (гордость за Российских спортсменов), интерес к беговым видам спорта

Личностные умения:

* Развитие целеустремлённости
* Формирование интереса к беговым видам спорта

Метапредметные умения:

* Развитие коммуникативной компетенции
* Овладение способами самоорганизации, умение ставить цели и планировать свою деятельность
* Знания ОБЖ

Предметные умения:

* Развивать физические качества: быстроту, координацию движений, ловкость
* Воспитывать интерес к разным видам спорта

**Место проведения**: спортивный зал

**Время проведения**: 40 минут

**Инвентарь и оборудование**: мячи баскетбольные – 3 шт., 4 поворотных конуса, мел, свисток, магнитофон

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Этап** |  | **Задача этапа** | **Деятельность учителя** | **Деятельность ученика** | **Результат этапа** |
| **П**  **О**  **Д**  **Г**  **О**  **Т**  **О**  **В**  **И**  **Т**  **Е**  **Л**  **Ь**  **Н**  **Ы**  **Й**  **О**  **С**  **Н**  **О**  **В**  **Н**  **О**  **Й**  **З**  **А**  **К**  **Л**  **Ю**  **Ч**  **И**  **Е**  **Л**  **Н**  **Ы**  **Й** | **Организационный этап**  **Целеполагание** | Мотивация к учебной деятельности | Приветствие учеников.  Включает обучающимся для прослушивания музыкальную композицию Леонида Руденко «Нас не догонят»  Вопросы:  1.С чем ассоциируется у вас эта музыкальная композиция?  2. Какие зимние беговые виды спорта были представлены на зимних Олимпийских играх в Сочи?  3. Кто из спортсменов России стал призёром в беговых видах спорта?  4. Какие физические качества развивают беговые виды спорта?  5. Как вы думаете, чем сегодня на уроке мы будем заниматься?  Формулирую тему урока  «Беговые упражнения»  - Какую цель вы ставите сегодня на урок? | Проявление интереса к материалу изучения.  Высказывают собственные мысли, отвечают на вопросы  Выдвигают варианты формулировок цели, участвуют в их обсуждении. | Включение в учебный процесс.  Определение цели урока.  Умение ставить цели. |
| **Разминка** | Подготовить организм к основной части урока | Организация учащихся на проведение разминки | Выполняют указания учителя | Формирование самостоятельности, ответственности, уверенность в своих силах, положительное отношение к себе. |
| **Актуализация опорных знаний, открытие нового** | Выявить знания, умения, которыми владеют уч-ся о технике бега, ходьбы | Обучающимся предлагаю обратить внимание на постановку стопы во время бега, ходьбы.  - Чем отличается ходьба от бега?  Бег от ходьбы отличается не только скоростью движения! При ходьбе наше тело все время соприкасается с землей какой-нибудь точкой ног. При беге же бывают моменты, когда тело наше совершенно отделяется от земли, не соприкасаясь с нею ни в одной точке, либо только одной ногой, это называется фазой полёта | Выполняют разные виды ходьбы и бега анализируют, делают выводы, обращаются к собственному опыту | **Личностные**: умение приводить свои примеры, отвечать на вопросы. **Метапредметные:** основы безопасности. **Предметные:**  отличие ходьбы от бега |
| **Самостоятельная работа**  **Рефлексия деятельности** | 1)Выполнение общеразвивающих упражнений.  2)Выполнение эстафетных заданий:  - челночный бег  -эстафета с ведением баскетбольного мяча  -эстафета «Волна»  -передача мяча капитану  **Проблемный вопрос**: что является результативными факторами эстафетного бега команды  Соотнесение цели урока с результатами деятельности учащихся | Даёт обучающимся задание выполнить упражнения на определённые группы мышц  Учитель даёт инструкции к выполнению эстафетных заданий, обращает внимание на технику безопасности, делает выводы о развитии физических качеств после выполнении эстафетных заданий  Побуждает учащихся к выдвижению предположений  Варианты ответов: физическая подготовленность, слабые соперники, удача, поддержка друг друга в команде, физическое развитие, сложность выполнения упражнения    Организовать учащихся к подведению итогов.  Как вы считаете, достигли ли вы цели урока?  Зачем человеку нужно развивать физические качества?  **Вывод**: физическими качествами должен обладать не только спортсмен, а каждый человек для своего здоровья и применять их в повседневной жизни. Мы можем брать пример с наших олимпийских чемпионов, которые своим трудом, настойчивостью смогли достичь славы, почёта, уважения. | Учащиеся самостоятельно, индивидуально вспоминают и выполняют упражнения  Обучающиеся выполняют эстафеты с соблюдением техники безопасности, делают выводы  Анализируют вопрос, организуют поиск решения.  Анализируют свою деятельность по достижению цели, описывают способ достижения её | **Предметная компетентность:**  умение выполнять последовательно комплекс общеразвивающих упражнений  **Информационная компетентность:**  умение использовать информацию, вычленять необходимую для решения учебной задачи.  **Социальная компетентность:**  уточнение собственных возможностей и ограничений.  Формирование навыков поисковой деятельности.  Развитие учебно-познавательной мотивации.  Коммуникативная компетентность.  Формирование умений учебного сотрудничества, коллективного обсуждения проблем, предположений.  Способность анализировать и действовать с позиции содержания предмета  Организация рефлексии и самооценки учениками своей деятельности на уроке  **Личностные:**  -способность к самооценке  -ориентация на понимание причин успеха  **Регулятивные:**  -адекватно воспринимать оценку учителя  **Коммуникативные:** учитывать разные мнения и стремиться к принятию различных позиций |
|  |  |  |  |  |

**Самоанализ урока физической культуры в 6 классе**

Вашему вниманию был представлен урок физической культуры в 6 классе. Урок строился в соответствии рекомендаций к проведению 3 часа: увеличение объёма двигательной активности обучающихся, развитие их физических качеств, совершенствования физической подготовленности, привития навыков ЗОЖ, потому считаю, что предложенная тема актуальна.

**Тема моего урока: «Беговые упражнения».**

Всё содержание урока было подчинено решению поставленных задач

Урок содержал в себе этапы современного урока физической культуры. Свой урок начала с мотивации учащихся к уроку. Цель урока была сформулирована самими детьми.

На уроке использовалась информация с целью расширения кругозора и эрудиции учащихся. Он предлагался детям в процессе перехода от одного этапа к другому. «Двигательная активность людей должна быть озарена мыслью» П.Ф. Лесгафт

Я строила свой урок с учётом возрастных особенностей учащихся. Стремилась создать положительный эмоциональный настрой. Мне кажется, это удалось, у нас с детьми сложились тёплые доброжелательные отношения.

Все этапы урока – это единое целое, где каждый последующий вид работы логически вытекал из предыдущего с нарастанием нагрузки от этапа к этапу.

Подготовительный этап урока я проводила с целью организации учащихся, функциональной подготовки их организма к нагрузкам в основной части. Выполнение этих упражнений способствовали осмыслению упражнений, мотивация деятельности учащихся через необычное начало урока, интересными вопросами, сохранение положительного настроя способствовало само содержание урока, чёткие выводы и установки учителя.

Моторная плотность урока была оптимальной, достигнута благодаря выполнению учащимися различных беговых упражнений, учащиеся старались выполнять упражнения в силу своих физических особенностей, физической подготовленности.

В течение урока я следила за соблюдением техники безопасности

При подведении итогов урока отмечалось, что работа учащихся была продуктивной. Дети с намеченными задачами справились. На своём уроке я использовала следующие формы и методы работы: фронтальный – при выполнении разминки и отработке навыка;

доброжелательную атмосферу, высокую работоспособность учащихся в течение всего урока старалась обеспечить за счёт деятельного подхода; за счёт установки в начале урока на конечный результат; за счёт разнообразных видов деятельности; использование игры. Урок способствовал общему развитию личности каждого школьника, развитию физических качеств, навыков ЗОЖ. Считаю, что основные задачи, поставленные на уроке, достигнуты.

Урок в целом соответствовал Требованиям ФГОС, был выстроен в соответствии с системно-деятельностном подходе, способствовал развитию УУД (личностных и метапредметных)