**Технологическая карта урока**

**ФИО учителя** Усов Владимир Викторович

**Образовательное учреждение , город, район** МБОУ «ООШ с. Первая Ханенёвка Базарно - Карабулакского

муниципального района Саратовской области»

Класс 6

Тема Здоровье сберегающие технологии на уроке физической

Культуры по разделу программы «Гимнастика» в 6 классе

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Этап урока | Частная задача этапа | Планируемые результаты | | Средства , методы обученияи воспитания , формы организации учебной деятельности, методы и формы организации контроля, способы оценивания | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся |
| предметные | УУД |
| I | **Подготовитель-ная часть** | Воспитатель-ная |  |  |  |  |  |
| 1 | Построение, приветствие, сообщение темы урока |  | Понимать и кратко харак-теризовать способы дви-гательной деятельнос-ти | Формирование УУД при выполнении общеразви-вающих уп-ражнений с гимнастическими лентами | Фронтальный рассказ , тб на уроке гимнастики, способы сохранения и улучшение осанки, использование ИКТ | Проверить спортивную форму, фор-мировать ин-терес к заня-тиям физкуль-туры, рассказ об осанке че-ловека, о фак-торах , влия-ющих на её формиро-вание | Внимательно слушают учителя, проверяют и записывают пульс в начале урока |
| 2 | Постановка задач |  |  | Умение слушать учителя |  | показ слайда правильной и неправильной осанки | Ведут обсуждение по теме, вступают в диалог с учителем и одноклассниками, строят высказывания по теме «Осанка» |
| 3 | Техника безопасности | Воспитатель-ная |  |  | рассказ |  | Не выполнять упраж-нения на матах без учителя и страховки, не выполнять упраж-нение в плохом само-чувствии , обратиться к учителю |
| 4 | Теоретические сведения о правильной осанке |  | Приучить учащихся соблюдать правильную осанку | Овладева-ние навыка-ми правиль-ной осанки | показ | Учитель помо-гает учащимся выполнить по-ложение пра-вильной осан-ки | Учащиеся принимают положение правильной осанки |
| 5 | Перестроение из шеренги в колон-ну, Движение по кругу. Упражне-ние на осанку. Ходьба на носках и пятках. Упражнение для профилактики плоскостопия | Образователь-ная | Правильное выполнение упражнений разминки | Подготовка организма к физическим нагрузкам. Умение выполнять физические упражнения | Фронтальный  рассказ | Дает задание для подготов-ки к физичес-ким нагрузкам | Выполняют упраж-нения разминки, следят за состоя-ниием здоровья |
| II | **Основная часть** |  |  |  |  |  |  |
| 6 | Упражнения с гимнастической лентой  а)упражнение на руки;  б)круговые вра-щения в плече-вом суставе;  в) упражнение на развитие мягкой моторики;  г)повороты;  д) наклоны впе-рёд, влево, впра-во, выпады;  е)упражнения на мышцы спины, брюшного пресса,  ж) прыжки боком через ленту;  з) прыжки на де-сять счетов | Образователь-ная | Умение вы-полнять упражнения с лентами, понимать и раскрывать физические возможности организма | Правильное движение с лентами по кругу, пово-рот с лента-ми, прыжки с лентами | Фронтально-груп-повой метод показа, индивидуальный подход к выполне-нию учащимися упражнений | Рассказывает учащимся тех-нику выполне-ния упражне-ний слентами, активирует внимание на правильную осанку. | Внимательно слуша-ют учителя, выпол-няют упражнения с гимнастической лен--той, выполняют мето-дические рекоменда-ции учителя , следят за правильной осанкой  Подсчитывают пуль за 10 секунд, записывают в тетрадь |
| 7 | Упражнения на восстановления дыхания | Оздоровитель-ная | Умение восстанавливать дыхание | Упражнение на расслабле-ние | фронтальный | контролирует | Выполняют упражнение на восстановление дыхания |
| 8 | Игра на ловкость, разделение класса на две группы | Воспитательно-оздоровитель-ная | Прыжки через ленту без ошибок | Формирование учебных действий при выполнении прыжков через ленту | групповая | Контролирует соблюдение правил игры | Учащиеся делятся на две команды: одна команда держится за ленту как за скакалку, а другая по команде начинает прыжки че-рез ленту. Кто доль-ше продержится не задев ленту, тот и выиграл |
| 9 | Кувырок вперед (выполняет весь класс)- 4-5 повторений | Образователь-ная | Правильно выполнять кувырок впе-ред с соблю-дениием т.б. | Развитие координационных спо-собностей при выпол-нении кувырка вперед | метод показа и объяснение | Показ, объяснение техники выполнения кувырка вперед | Внимательно слуша-ют и выполняют уп-ражнение4-5 раз с страховкой товари-щем |
| 10 | Девочки- стойка на лопатках | Образователь-ная | уметь выполнять стойку на лопатках | Формирова-ниеправиль-ной осанки | Индивидуальная, использование ИКТ | Следит за правильным выполнением упражнения, показ слайда | Выполняют упражнения . |
| 11 | Юноши- стойка на голове и руках, согнув ноги | Образователь-ная | Уметь вы-полнять стойку на голове и руках , согнув ноги | Умение учащихся выполнять упражнение стойку на голове и на руках | Индивидуальная, использование ИКТ | Следит за правильным выполнением упражнения, показ слайда | Выполняют упражнения |
| III | **Заключительная часть**  Построение.  Подсчет пульса за 10 секунд. | Воспитатель-ная |  | Умение составлять график пульсограм-мы | Метод группового контроля,индивиду-альный подход | Контролирует действие уча-щихся, помо-гает сделать подсчет пуль-сораммы,построить график пульсограммы | Каждый ребёнок за 10 секунд подсчитывает пульс на руке или шее и записывает измерения в свою таблицу. |
|  | Подведение итогов  рефлексия |  | Умение высказывать свои мнения |  | Метод показа | Учитель объясняет как выразить своё настроение с помощью конфет | Учащиеся выражают своё настроение с помощью конфет синего или красного цвета. Если урок понравился- берут конфету красного цвета; если нет- то берут конфету синего цвета.Потом подсчи-тывают результат. |