Технологическая карта урока

Конспект урока №17 (по ФГОС)

Ф. И. О. педагога   
**Класс: 5**Тип урока: обучающий

Раздел: лёгкая атлетика

**Тема урока Эстафетный бег**

Цель урока: Овладение способами оздоровления и укрепления организма учащихся посредством занятий л/ атлетики

Задачи:

**1. образовательная:** познакомить учащихся с особенностями техники эстафетного бега, научить технике передачи эстафетной палочки.

**2. воспитательная:** комплексно развивать координацию, силу, скорость, ; содействовать формированию чувства ответственности, коллективизма, воспитывать упорство и потребность к занятиям физическими упражнениями, развивать интеллект.

**3. оздоровительная:** содействовать достижению гармоничности в физическом развитии.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Этап образовательного процесса | Деятельность учителя | Деятельность учащегося | | | |
| Личностная | Регулятивная | Познавательная | Коммуникативная |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| Подготовительный(10 минут)  1.Сообщение УЗ на урок  Знакомство с темой и планом урока.*- Что такое эстафета? Какие виды эстафет вы знаете?Как вы думаете, что такое эстафетный бег?- Какие есть способы передачи эстафетной палочки?*  **Итог**  *- От чего зависит техника передачи эстафетной палочки? От чего зависит итог эстафеты?*  *Равномерный бег с ходьбой 2 круга*  .Разминка: ОРУ на месте:  -исходное положение (и.п.) – руки на поясе; наклоны головы 1-вправо, 2-влево, 3-вперед, 4-назад  -и.п. – о.с., руки в замок, круговые вращения кистями, произвольно (20 сек.);  -и.п. – о.с., руки в замок, волнообразные движения кистями влево (на первые 4 счета), то же влево (на следующие 4 счета);  - и.п. – о.с., руки в замок; 1 – руки ладонями к груди; 2 – выкрут вперед; 3 – и.п.; 4 – выкрут вверх;  - и.п. – о.с., правая рука вверху, левая внизу, рывки руками на каждый счет (6 -8 раз), постепенно увеличивать частоту движений до максимальной;  - и.п. – о.с., руки к плечам, круговые движения руками вперед, то же – назад (по 4 раза);  - и.п. – о.с., круговые движения прямыми руками вперед, то же назад, (по 4 раза), следить за амплитудой движений;  - и.п. – о.с., руки на пояс, круговые движения туловищем вправо, то же – влево (по 4 раза), следить за амплитудой движений, ноги прямые, пятки не отрывать от пола;  - и.п. – стойка ноги врозь, руки на пояс; пружинящие наклоны туловища к правой ноге, в середину, к левой ноге, и.п. (по 4 раза), ноги в коленях не сгибать, руками достать пола;  - и.п. – о.с., руки на пояс, прыжок ноги вместе (15 сек.), прыжки на месте, прыгать на носках, туловище и ноги прямые; | Ознакомить учащихся с целью и задачами урока, настроить на урок  Рассказ об особенностях техники эстафетного бега  Следить за темпом равномерного бега  Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока  Упражнения выполняются в шеренгу по два  Все упражнения разминки выполнять по 6 повтора.  Размять кисти рук для дальнейших упражнений  Упражнения выполнять на максимальной амплитуде  При выполнении упражнений организуем анализ правильности выполнения упражнений партнером  Наклон делать глубже, ноги в коленях не сгибать  При выполнении прыжков на месте – сохранять дистанцию | формирование интереса  Установить роль разминки при подготовке к эстафетному бегу ( передачи эстафетной палочки  Умение выполнять физические упражнения для развития мышц  Правильное выполнение задания  Безопасное поведение во время выполнения задания | Самооценка готовности к уроку  Активное участие в диалоге с учителем.  Самостоятельно выстраивают техникупередачи эстафетной палочки  Сознательное выполнение определенных упражнений.  Определить последовательность и приоритет разминки мышечных групп  Выполняют команды учителя, контролируют свои действия согласно инструкции учителя  Развитие внимания, умеют оценивать правильность выполнения действия; вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки  и учета характера сделанных ошибок. | Весь класс во фронтальном режиме слушает учителя  Совместно с учителем делают вывод: о правильной техники эстафетного бега  Планировать путь достижения цели, ставить познавательные задачи.  Произвольно строим речевое проговаривание упражнений за учителем при проведении разминки- обращаем внимание на гимнастическую терминологию | Ведут обсуждение по заданной теме, вступают в диалог с учителем и одноклассниками.  Строят высказывания по теме «Особенности техники эстафетного бега»  Договариваются о работе в группе – создают эстафетные команды и распределяют этапы бега  Обсудить ход предстоящей разминки  Деятельность направлена на продуктивное взаимодействие при проведении разминки как со сверстниками при работе, так и с учителем |
| **Основной(25 минут)**  **1 место занятий беговая дорожка**  Поточно1. Бег с высоким подниманием бедра  2. Бег с захлёстом голени.  *3.Скрестный шаг*  *4. ускорение*  Сегодня мы с вами будем учиться передавать эстафетную палочку на месте  **2место на футбольном поле** – работа в парах  1. Первые номера встают за своими партнёрами, держа в руке эстафетную палочку и передаёт партнеру, затем меняются местами  2. Затем пробуют в лёгком беге.  3.Разбиваются на команды и пробегают по кругу этапы по 20 метров  **3 часть в/больная площадка**  Класс делится на три команды  Эстафета с элементами волейбола  1. Капитан держит мяч в руках перед лицом (кисти в «ковшик»). Сгибая ноги и, выпрямляя их, бросает мяч партнеру через сетку игрок тоже стоит в позе волейболиста, ловит и бросает мяч обратно. После этого становится в конец строя  *2.* «Одна верхняя передача». Капитан накидывает волейбольный мяч через сетку, игрок выполняет передачу сверху и становится в конец строя. Игра завершается, когда все побывают в роли капитана, команда, закончившая игру раньше выигрывает. | Деление класса на пары Сначала дети самостоятельно показывают передачу – учитель выбирает наиболее правильный вариант и на их примере объясняет технику    Рассказ и показ техники передачи  Перемещениями называют способы передвижения выполнения технических приёмов . Обратить внимание Рука выпрямлена в локтевом суставе отведена назад, кисть напряжена, большой палец максимально отведён в сторону  Проведение краткого инструктажа, руководство работой, коррекция действий (по мере необходимости).  Рассказ учителя отведение руки за голову, затем начинают движения руки. Вперёд вверх вылет мяча под углом 45 град  В момент броска рука с мячом выполняет хлёсткое движение, ноги разгибаются быстро, заключительным движением кистей рук мячу придаётся необходимое направление. Угол вылета 45 град  При верхней передачи основная нагрузка приходится на указательные и частично средние пальцы, большие пальцы смягчают воздействие мяча на руки, а безымянные и мизинцы поддерживают мяч. | Соблюдение правил выполнения заданного двигательного действия, проявление дисциплинированности.  Повторяют за педагогом и запоминают.  Владеть известными  Развитие чувства ритма  Оценивают правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения  Положительное отношение к занятиям двигательной деятельностью  Внимательно относится к собственным переживаниям при допущении ошибок  Развитие координационных способностей в сложных двигательных действиях  Постоянно совершенствовать приемы, улучшая общую согласованность их выполнения  Развитие доброжелательного отношения к учителю и товарищам;  Развитие трудолюбия и ответственности за качество своей и коллективной деятельности.  Активное включение в выполнение двигательного действия;  взаимодействие со сверстниками;  развитие внимания | умение регулировать свои действия,  взаимодействовать в группе.  Осуществляют самоконтроль за состоянием своего организма.  Принимать инструкцию учителя, четко ей следовать.  Осуществлять контроль.  Оценивать выполнение двигательных действий согласно поставленным задачам.  Сохранять учебную цель и задачу; осуществлять самоконтроль  Самоконтроль правильности выполнения упражнений  Умение собраться, настроиться на деятельность  Осуществлять самоконтроль, выявлять отклонения от эталона. | Формировать мыслительные операции по каждому из разучиваемых элементов и соединение их в целое  Определить эффективную модель  Умение анализировать, выделять и формулировать задачу  Владения знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовки в соответствии с возрастным нормативом  Владеть комплексом приемов, которыми в игре приходиться пользоваться чаще, и выполнять их с наибольшим эффектом  Умение выделять необходимую информацию  Осуществлять актуализацию полученных ранее знаний, основываясь, в том числе, и на жизненном опыте.  Анализ полученной информации  Умение сосредоточиться для достижения цели | Распределение функций обучающихся во время работы по местам занятий  Развиваем умение выразить свою мысль по поводу освоения технических приёмов и тактических действий одноклассниками  Уметь договариваться в совместной деятельности, взаимодействовать со сверстниками.  Находят адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.  Формирование умения работать в группе; договариваться; контролировать действия партнера  Умение заметить достоинства и недостатки своего исполнения движений  Оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам  Взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи  Внимательное отношение к собственным переживаниям и переживаниям соперников |
| **Заключительный- рефлексия (5минут)**  1. Анализ выполнения УЗ обучающимися, рефлексия, домашнее задание Учитель задает вопросы:  - что нового узнали на уроке?  - что было самым сложным?  - какие упражнения вы сегодня выполняли на уроке?  - оцените свою работу на уроке.  Составьте памятку для детей и родителей «Правила Т.Б. во время эстафетного бега».  Дом. задание: сгибание рук в упоре | Восстанавливаем пульс, дыхание.  Ставим УЗ на дом | Определить собственные ощущения при освоении учебной задачи на уроке.  Осознать нужность домашнего задания | Условия, необходимые для достижения поставленной цели  Определить смысл поставленной на уроке УЗ  Оценивают свою работу на уроке, прослушивают оценку учителя  Вычленять новые знания.  Объяснять понятие «Техника эстафетного бега».  .***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя, прогнозируют результаты уровня усвоения изучаемого материала***.*** | Формируем умение выделять основные признаки сравнения выполнения УЗ  Обсуждают работу на уроке.  Повторяют новые полученные знания на уроке.  Оценивают свою деятельность. | Обеспечиваем социальную компетентность и учет позиции других людей  Отвечают на вопросы учителя, формулируют понятие «Эстафетный бег»  Слушают одноклассников, активно участвуют в решении коммуникативной задачи, выражают свое мнение об итогах работы на уроке  ***:*** умеют договариваться и приходить к общему решению. |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |