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 урокЗнакомство 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 урокРассказ об особенностях техники эстафетного бегаСледить за темпом равномерного бегаПодготовить организм занимающихся к работе в основной части урокаУпражнения выполняются в шеренгу по дваВсе упражнения разминки выполнять по 6 повтора.Размять кисти рук для дальнейших упражненийУпражнения выполнять на максимальной амплитуде При выполнении упражнений организуем анализ правильности выполнения упражнений партнеромНаклон делать глубже, ноги в коленях не сгибатьПри выполнении прыжков на месте – сохранять дистанцию | формирование интересаУстановить роль разминки при подготовке к эстафетному бегу ( передачи эстафетной палочкиУмение выполнять физические упражнения для развития мышцПравильное выполнение заданияБезопасное поведение во время выполнения задания | Самооценка готовности к урокуАктивное участие в диалоге с учителем.Самостоятельно выстраивают техникупередачи эстафетной палочкиСознательное выполнение определенных упражнений.Определить последовательность и приоритет разминки мышечных группВыполняют 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 бегаПланировать 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 бегаОбсудить ход предстоящей разминкиДеятельность 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 бедра2. 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 местами2. 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 волейбола1. 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 передачиПеремещениями называют способы передвижения выполнения технических приёмов . Обратить внимание Рука выпрямлена в локтевом суставе отведена назад, кисть напряжена, большой палец максимально отведён в сторонуПроведение 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 градВ 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 ритмаОценивают правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решенияПоложительное отношение к занятиям двигательной деятельностьюВнимательно относится к собственным переживаниям при допущении ошибокРазвитие координационных способностей в сложных двигательных действияхПостоянно совершенствовать приемы, улучшая общую согласованность их выполненияРазвитие 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 самоконтрольСамоконтроль правильности выполнения упражнений Умение собраться, настроиться на деятельностьОсуществлять самоконтроль, выявлять отклонения от эталона. | Формировать мыслительные операции по каждому из разучиваемых элементов и соединение их в целоеОпределить эффективную модель Умение анализировать, выделять и формулировать задачуВладения знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовки в соответствии с возрастным нормативомВладеть комплексом приемов, которыми в игре приходиться пользоваться чаще, и выполнять их с наибольшим эффектомУмение выделять необходимую информациюОсуществлять актуализацию полученных ранее знаний, основываясь, в том числе, и на жизненном опыте.Анализ полученной информацииУмение сосредоточиться для достижения цели | Распределение функций обучающихся во время работы по местам занятийРазвиваем умение выразить свою мысль по поводу освоения технических приёмов и тактических действий одноклассникамиУметь 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 партнераУмение заметить достоинства и недостатки своего исполнения движенийОказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникамВзаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощиВнимательное 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 целиОпределить смысл поставленной на уроке УЗОценивают свою работу на уроке, прослушивают оценку учителяВычленять 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 УЗОбсуждают работу на уроке.Повторяют новые полученные знания на уроке.Оценивают свою деятельность. | Обеспечиваем социальную компетентность и учет позиции других людейОтвечают 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 |