**Конспект урока по физической культуре для 1-4 классов (по ФГОС)**

**Технологическая карта урока.**

**ФИО:** Климова Светлана Александровна

**Предмет:** Физкультура.

**Раздел:** лыжная подготовка

**Тема:** Скользящий шаг на лыжах с палками. Безопасное падение при занятиях лыжной подготовкой.

**Класс:** 1-4

|  |  |
| --- | --- |
| Цели деятельностиучителя | Формировать умение правильно группироваться при падении, развитие жизненно важных способов передвижения человека – ходьбе и бегу на лыжах (скользящий шаг); способствовать оздоровлению всех систем организма,  опорно-двигательного аппарата  развитие силовых и функциональных физических качеств; способствовать развитию быстроты, координации. |
| Тип урока | обучающий    |
| Планируемыеобразовательныерезультаты | **Предметные:** иметь представления о лыжах, правилах катания на них, о том, какую спортивную форму следует надевать, о влиянии лыжной  подготовки на здоровье человека **Метапредметные**: иметь первоначальные представления о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием лыжной подготовки**Познавательные**:  овладевать способностью понимать УЗ,; создание  алгоритма двигательных действий при падении и ходьбе на лыжах..**Коммуникативные:**  обмениваются  мнениями, взаимодействуют со сверстниками. **Регулятивные**: целенаправленное удержание учебных целей на протяжении урока: учащиеся оценивают свои достижения на уроке.**Личностные:** осознавать мотивы учебной деятельности и личностный смысл учения, следовать установке на безопасный и здоровый образ жизни. |
| Методы и формыобучения | Объяснительный; индивидуальный; фронтальный. |
| ОбразовательныйРесурс | Технологические карты уроков по учебнику В. И. Ляха  издательство «Учитель», 2012 г. Учебник В.И. Ляха. |
| Место проведения | дворовая территория (спортплощадка) |
| Оборудование и инвентарь:  | лыжи, лыжная экипировка |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Этап образовательного процесса | Деятельность учителя | Деятельность учащегося | Деятельность учащегося | Деятельность учащегося | Деятельность учащегося |
|   |   | Личностная | Регулятивная | Познавательная | Коммуникативная |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|  **Мотивация (самоопределение) к учебной деятельности.** **Актуализация знаний**. **Постановка учебной задачи.** (5 минут)Создать целевую установку на усвоение учебного материала **Целеполание**1 место занятий - спорт площадка. Разминка: ОРУ на месте (10 минут)-исходное положение (и.п.) –стоя на лыжах с опорой на палки – скользящие движения ногами вперед, назад.-  и.п.-повороты на месте вокруг носков и носков лыж.-и.п.-повороты на месте с опорой на палки, заступом.- и.п.- круговые вращения  коленями.-и.п.-сед на левое; на правое бедро, перекат на правый, левый бок. | - Класс, равняйсь, смирно. По порядку номеров рассчитайсь. Построение с лыжным инвентарем.Ровно встали, подтянулись и друг другу улыбнулись.Ознакомить учащихся с целью и задачами урока. Начало урока проводится в помещении с целью проверки формы и лыжного инвентаря (обязательное наличие перчаток). ТБ по переноске лыжи на лыжне. Инструктаж по технике безопасности при занятиях лыжной подготовкойПодготовить организм занимающихся к работе в основной части урокаВсе упражнения разминки выполнять по 1-2р При выполнении упражнений разминки учащиеся располагаются  в кругу лицом друг к другу, при выполнении упражнений организуем анализ правильности выполнения упражнений Упражнения выполнять при минимальной  амплитудеПри выполнении разворотов и поворотов следить за дистанцией между учащимися. | Значение умения правильно группироваться при падении жизни человека. Установить роль разминки при подготовке организма к занятиям лыжной подготовкойУточнить влияние разминки мышц ног на готовность к занятиям по лыжной подготовке | Анализ имеющихся знаний о падениях.Определить последовательность и приоритет разминки мышечных групп | Произвести моделирование падения.Произвольно строим речевое проговаривание упражнений за учителем при проведении разминки | Обсудить ход предстоящей разминкиДеятельность направлена на продуктивное взаимодействие при проведении разминки. |
| **Формирование первичных умений и навыков Основная часть (25 минуты)**2 место занятий – площадка с искусственными горками для 1,2 классов3-4 класс Прохождение дистанции 1км скользящим шагом со средней интенсивностью. С последующим присоединением к учащимся 1 и 2 классовУчащиеся 1и 2 классов «Игра-упражнение «Кто быстрее »» | Делим обучающихся на две группы (по половому признаку) Спускаясь с горки, выполняем быстрые приседания  с последующим сваливанием на левый или правый бок.Туловище не должно совершать больших колебаний вверх и вниз, чтобы не оказывать усиленного давления на скользящую лыжу.1.Игра: кто на отрезке 15-20 метров сделает меньшее количество шагов. Выделить лучших.2. «Самокат»Игра-упражнение: кто за 5 отталкиваний проскользит дальше | Определить влияние элементов безопасного падения на конечный результат.Оценить значение правильно группироваться при падении вообще в жизни | Сравнить движения при обычном падении и падении на лыжах.Движения  направлены на уменьшение силы падения.Сравнить падение на месте и со спуска с горки | Формировать мыслительные операции по каждому из разучиваемых элементов падения и соединение их в целоеОпределить эффективную модель падения. | Распределение функций обучающихся во время работы по местам занятийРазвиваем умение выразить свою мысль по поводу освоения падения одноклассниками. |
| **6. Рефлексия учебной деятельности** (5минут)1.Анализ выполнения УЗ обучающимися, домашнее задание.2.Организованный уход. | Восстанавливаем пульс, дыхание. Проверяем степень усвоения обучающимися УЗСегодня мы изучили скользящий шаг и падение. У всех ли они получились? Что не получилось? Ставим УЗ на дом Ученики снимают лыжи, отряхивают их от снега, складывают, берут  на плечо и, заносят в школу, ставят на свои места. | Определить собственные ощущения при освоении учебной задачи на уроке.Осознать нужность домашнего задания | Условия, необходимые для достижения поставленной целиОпределить смысл поставленной на уроке УЗ | Формируем умение выделять основные признаки сравнения выполнения УЗ | Обеспечиваем социальную компетентность и учет позиции других людей |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |