Технологическая карта урока по физической культуре 7 б класса

Тема: «Обучение метанию малого мяча на дальность с места»

|  |  |
| --- | --- |
| Раздел программы | Лёгкая атлетика. Метание малого мяча на дальность с места. |
| Цель урока | Развитие интереса к лёгкой атлетике и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности. |
| Задачи урока: | Образовательная: изучение техники выполнения метания малого мяча.  Оздоровительная: способствовать укреплению опорно- двигательного аппарата, СС и дыхательной систем.  Воспитательная: воспитывать целеустремлённость, настойчивость упорство, в достижении поставленной цели. |
| Основные термины | Хват мяча, замах, бросок. |

|  |  |
| --- | --- |
| Раздел программы | Лёгкая атлетика. Метание малого мяча с места. |
| Цель урока | Развитие интереса к лёгкой атлетике и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности. |
| Задачи урока: | Образовательная: изучение техники выполнения метания малого мяча.  Оздоровительная: способствовать укреплению опорно- двигательного аппарата, СС и дыхательной систем.  Воспитательная: воспитывать целеустремлённость, настойчивость упорство, в достижении поставленной цели. |
| Основные термины | хват мяча, замах, бросок. |

|  |  |
| --- | --- |
| ***Планируемые результаты*** | |
| Предметные: | Объем освоения и уровень владения компетенциями:  *научатся:* в доступной форме объяснять технику метания мяча; анализировать и находить ошибки; давать характеристику собственного выполнения упражнения; координировать и контролировать действия. |
| Метапредметные: | (компоненты культурно-компетентностного опыта/приобретенная компетентность):  *познавательные –* овладеют способностью оценивать свои результаты, указывать на свои ошибки и ошибки одноклассников, формирование представления о технике выполнения метания мяча с места;  *коммуникативные –* выражают готовность слушать собеседника и вести диалог, адекватно оценивают собственное поведение и поведение окружающих,  *регулятивные –* умение технически правильно выполнять двигательные действия (метание мяча на дальность). |
| Личностные: | Самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни, формирование навыка работать в группе, развивать внимание, ловкость, координацию; умения соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время выполнения метания мяча на дальность с места. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | | |
| Формы организации работы | Средства и методы обучения | *Организация пространства* |
| Фронтальная, поточная, индивидуальная. | - ОРУ (аудио-разминка)  - презентация с техникой выполнения упражнений,  - целостно-конструктивный метод обучения. | Карточки с заданиями.  *Инвентарь и оборудование: рулетка, теннисные мячи, свисток* |

***Ход урока***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Части урока | Цель этапа урока | Время | Деятельность учителя *(Содержание урока)* | | Деятельность обучающихся *(Как выполняют ученики)* |
| Подготовительная часть  10-15 мин | Организованное начало урока | 1-2 мин. | Проверкаготовности обучающихся к уроку, Сообщение цели, задач урока  Создает эмоциональный настрой на изучение нового предмета.  Построение; приветствие. Настроить детей на работу | | Построение, повороты на месте. |
| Актуализация знаний | 1-2 мин | Вопрос. Ребята, какие виды метания Вы знаете?  -Молодцы ребята.  - Сегодня мы будем с вами изучать метание мяча на дальность с места.  Обсудить, какими качествами должны обладать легкоатлеты. | | Слушают наводящие вопросы учителя, выполняют задания учителя.  Настрой на урок.  Самооценка готовности к уроку. |
| Подготовка организма к предстоящей деятельности | 5-6 мин | **Построение**  «Ровняйся!», «Смирно!».  **Строевые упражнения** /*повороты налево, направо, кругом на месте/*  Повторение правила Т/Б на уроках лёгкой атлетики.  **Ходьба по залу:**  Напра-ВО! В обход налево-шагом –МАРШ! - дистанция 2 шага  - на носках (*руки на пояс, спина прямая*).  - на пятках (*руки за головой, спина прямая*)  - ходьба с высоким подниманием бедра  - ходьба со сгибанием голени назад  - бег в равномерном темпе  **Построение и перестроение в движении.**  Даёт команды: «Нале-Во в колонну по два Марш!  Ребята перестраиваются в две колонны.  **ОРУ (аудио-разминка)** | | Выполняют упражнения.  Во время движения по кругу выполняют дыхательные упражнения.  Проводит ученик класса |
| Основная часть  20-25 мин | Применение теоретических положений в условиях выполнения упражнений и решение задач | 15 мин | | Презентация (слайды) техники метания мяча с места.  - Объяснение и показ учителем техники выполнения упражнения.  - ТБ при выполнении метания мяча, на что обратить внимание. | - Образно воспринимать двигательное действие, выделяя более сложные элементы техники выполнения упражнения.  - Анализируют, сравнивают с эталоном, обсуждают ошибки, ставят оценку. |
| Изучение нового материала**.** | 5 мин | | Формулирует задание, осуществляет контроль.  Перестроение в одну шеренгу.  Показ в целом обучения правильному замаху руки по дуге на месте без мяча.  Проводит подготовительные упражнения (карточка № 1) :  Имитация бросковых движений рукой в различных темпах.  Обучение правильному хвату и броску с места.  Броски мяча на дальность, повторить 3-4 раза.  Выполняем команды в точности.  Соблюдаем технику безопасности. | Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.  Слушают, выполняют упражнение    - Выполняют элемент, выявляют основные ошибки и пути их исправления (работа в парах).  - Выполняют технику метания мяча с места на дальность. |
| Самостоятельное творческое использование  сформированных УУД | 5 мин | | Помогает учащимся корректировать и исправлять ошибки.  Контролирует технику безопасности.  Выполнение заданий с карточки на слуховые ориентиры:  И. п.— стоя лицом в на­правлении метания, левая впереди, правая сзади на передней части стопы, правая рука с мячом со­гнута в локтевом суставе на уровне головы, левая рука направлена вперед в сторону метания.  1 — сгибая правую, перенести на нее массу тела, отвести руку с мячом назад;  2 — за счет быстро­го разгибания правой ноги и хлестообразного движения метающей руки метнуть мяч вперед-вверх правой (левой) рукой  Ориентировать учащихся на согласованность действий при выполнении упражнения. | Выполняют учебные действия, используя речь для регуляции своей деятельности.  Слушают, выполняют упражнение |
| Заключительная часть  10 мин | Восстановление организма | 5 мин | | Игра «Штандер»  Построение, подведение итогов урока. | Выполняют игру.  Оценить процесс и результаты своей деятельности |
| Рефлексия | 1-2 мин | | - Чему новому Вы сегодня научились?  – Какие упражнения для развития скоростно-силовых качеств, вы знаете?  */отвечают по поднятой руке/*  Похвалить всех детей, выделить особо отличившихся. | Отвечают на вопросы.  Определяют свое эмоциональное состояние на уроке.  Осуществлять контроль и самоконтроль, ставят оценку. |
| Домашнее задание | 1-2 мин | | Карточки с заданиями на выбор учащегося. | Выбирают комплекс упражнений и карточку с домашним заданием. |