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 часть10-15 мин | Организованное начало урока | 1-2 мин. | Проверкаготовности обучающихся к уроку, Сообщение цели, задач урокаСоздает 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 часть20-25 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 использованиесформированных 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) рукойОриентировать учащихся на согласованность действий при выполнении упражнения. | Выполняют учебные действия, используя речь для регуляции своей деятельности.Слушают, выполняют упражнение |
| Заключительная часть10 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. |