**Технологическая карта урока физической культуры во 2 классе.**

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 5 г. Нелидово Тверской области

Учитель физической культуры Михайлова Галина Вениаминовна

Технологическая карта урока физической культуры во 2 классе.

Тема: Броски и ловля различных предметов

|  |  |
| --- | --- |
| Цели деятельности учителя | - формировать знания об истории возникновения Олимпийских игр;  - учить технике бросков и ловле различных предметов  - развивать координационные способности детей посредством упражнений с предметами  -повторить подвижную игру «К своим мячам» |
| Тип урока | комбинированный |
| Планируемые образовательные результаты | Предметные:  научатся:  - излагать факты истории развития физической культуры и истории Олимпийских игр;  - характеризовать роль физической культуры и её значение в жизни человека;  - играть в подвижную игру «К своим мячам»  получат возможность:  - технически правильно выполнять метание предметов на дальность  Метапредметные  познавательные:  - овладеют способностью оценивать свои достижения, отвечать на вопросы, соотносить изученные понятия с примерами;   коммуникативные:  - выражают готовность слушать собеседника и вести диалог;  - овладевают новой терминологией, способностью вступать в речевое общение. Умением пользоваться учебником;  регулятивные:  - овладеют способностью понимать учебную задачу и стремятся её выполнить  Личностные  - развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;  - активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи сопереживания в  подвижной  игре «К своим мячам»;  - проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях и условиях;  - дисциплинированность и упорство  в достижении целей;  - оказание бескорыстной помощи сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов. |
| Методы и формы обучения | Объяснительно - иллюстративный; индивидуальная, фронтальная |
| Образовательные ресурсы | Мячи гимнастические, волейбольные, мягкие кубики |

**Организационная структура урока**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Этапы урока | Обучающие и развивающие  компоненты, задания и упражнения | Деятельность учителя | Деятельность учащихся | Формы взаимодействия | Универсальные  учебные действия | Виды контроля |
| Организационный  момент | Эмоциональная, психологическая и мотивационная подготовка учащихся к | Проводит построение в одну шеренгу  Проверяет готовность учащихся к уроку  Озвучивает тему и цель урока  Создаёт эмоциональный настрой на изучение нового материала | Выполняют построение на спортивной площадке  Слушают и обсуждают тему урока | фронтальная | Личностные:  - понимают значение знаний для человека и принимают его;  - имеют желание учиться;  - положительно отзываются о школе;  - стремятся хорошо учиться и сориентированы на участие в делах школы;  - правильно идентифицируют себя с позицией школьника | устный опрос |
| Актуализация знаний | Повторить понятия «право» и «лево»  Выполнить повороты «направо» и «налево»  Бег с соблюдением дистанции  Разминка в движении  Приложение № 1 | Даёт команду:  «В одну шеренгу становись!»  Повторяет с учащимися «право» и «лево» с помощью Повторяют несколько раз упражнения  Поворачивают направо  Выполняют  бег 1,5- 2 мин.  Выполняют движения разминки  команд:  «Правую руку вверх!»,  «Левую руку вверх!»,  «Правую руку вниз!»,  «Левую руку вниз!»,  Даёт команду: «Бегом марш!»  Проводит разминку в движении, обеспечивает эмоциональный настрой | Повторяют несколько раз упражнения  Поворачивают направо  Выполняют  бег 1,5- 2 мин.  Выполняют движения разминки | фронтальная  индивидуальная  фронтальная  фронтальная | Личностные:  - активно включается в общение и взаимодействие со сверстниками;  - проявляет дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей  Регулятивные:  - осуществляет пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ движений учителем | действий по инструкции  осуществление  самоконтроля по образцу |
| Изучение нового материала | Беседа по теме «История зарождения древних Олимпийских игр»  Приложение № 2  Общеразвивающие упражнения с кубиками  Приложение № 3  Обучение технике бросков и ловле  Выполнение метания предмета | Проводит беседу.  Наводящими вопросами подводит учащихся  к выводу о том, что физическая культура имеет большое значение в жизни человека  Проводит комплекс общеразвивающих упражнений с кубиками  Раздаёт мячи для бросков и ловли  Показывает правильное положение ног и рук при выполнении бросков и ловли  Вместе с учащимися выполняет броски и ловлю  Формирует задание, обеспечивает мотивацию выполнения, осуществляет индивидуальный контроль | Слушают и отвечают на вопросы  Выполняют комплекс ОРУ с кубиками  Выстраиваются в одну шеренгу  Слушают, задают вопросы  Броски выполняют по очереди, по команде учителя  Собирают мячи | индивидуальная  индивидуальная  индивидуальная  фронтальная  индивидуальная | Познавательные:  общеучебные  - осознанно высказываются в устной форме об истории олимпийского движения;  - самостоятельно выделяют и формируют цели и способы их осуществления;  логические  - осуществляют поиск необходимой информации.  Коммуникативные:  - обмениваются мнениями;  - слушают друг друга;  - строят понятные речевые высказывания.  Регулятивные:  - действуют с учётом выделенных учителем ориентиров;  - адекватно воспринимают оценку учителя;   принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений;  - принимают инструкцию педагога и чётко следуют ей. | устные ответы  осуществление  самоконтроля по образцу  осуществление самоконтроля по образцу  выполнение  действий по инструкции |
| Первичное осмысление и закрепление | Подвижная игра «К своим мячам»  Упражнение на релаксацию  Приложение № 4 | Проводит подвижную игру «К своим мячам »  Даёт сыграть 2-4 раза   в зависимости  от быстроты ловли игроков  Объясняет упражнение | В процессе игры самостоятельно воспроизводят речевое сопровождение | Индивидуальная  фронтальная | Регулятивные:  - принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и в процессе участия в игре;  - принимают инструкцию педагога и чётко следуют ей.  Коммуникативные  - умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности;  - контролировать действия партнёра | выполнение действий по инструкции |
| Итоги урока.  Рефлексия | Обобщить полученные на уроке сведения  Домашнее задание  Придумать и нарисовать талисман  XXII  зимних Олимпийских игр   в Сочи | Проводит беседу по вопросам:  - Как и когда зародились Олимпийские игры?  - Как часто проводятся олимпийские игры?  - Как звучит девиз Олимпийских игр?  - Где  и когда будут проходить XXII  зимние Олимпийские игры?  - Назовите талисманы  зимней олимпиады в Сочи?  Объясняет выполнение домашнего задания | Отвечают на вопросы  Определяют своё эмоциональное состояние на уроке  Слушают, задают вопросы | фронтальная | Личностные:  - понимают значение знаний для человека и принимают его  Регулятивные:  - прогнозируют результаты уровня усвоения изучаемого материала | оценивание учащихся за работу на уроке |

**Разминка в движении**

Приложение № 1.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Упражнения | Дозировка | Организационно - методические указания |
| 1) И. п.- руки в стороны   Круговые движения предплечьями внутрь. | 8-12 повторений | выполнение упражнения  одновременно и по очереди  следить за осанкой |
| 2) И.п.- руки в стороны  Повороты рук ладонями вверх, ладонями вниз. | 8-12 повторений | соблюдение дистанции  следить за осанкой |
| 3) И.п.- руки вниз  Поднять правое плечо; поднять левое плечо; опустить правое плечо; опустить левое плечо. | 8-12 повторений | выполнение упражнения на каждый шаг |
| 4) И.п.- руки на плечах  Круговые движения плечами вперед и назад. | 8-12 повторений | соблюдение дистанции  следить за осанкой |
| 5) И.п.- руки вниз  Круговые движения руками вперёд – назад. | 8-12 повторений | соблюдение дистанции  следить за осанкой |
| 6)  И.п.- руки на поясе  Поднять ногу, согнутую в колене, захватить её руками и подтянуть к груди. | 8-12 повторений | выполнение упражнения на каждый шаг (сначала с правой ноги, затем с левой)  не наклоняться |
| 7) И.п.- руки на поясе  Выпады вперёд. | 8-12 повторений | выполнение упражнения на каждый шаг  не наклоняться, спина прямая |
| 8) И.п.- руки на поясе  Движения спиной вперёд, выпады назад. | 8-12 повторений | выполнение упражнения на каждый шаг |
| 9) И.п.- руки на поясе   Подскоки с правой и левой ноги | 16-32 повторений | соблюдение дистанции |
| 10) И.п.- руки вниз. Скрестные движения руками с продвижением вверх, вниз. | 12-16 повторений | соблюдение дистанции  следить за осанкой |

Приложение №2.

Беседа « История зарождения древних Олимпийских игр»

|  |  |
| --- | --- |
| Содержание | Вопросы |
| Существует несколько мифов о зарождении Олимпийских игр. Один из них рассказывает о сильном и смелом Геракле – герое Древней Греции, сыне бога – громовержца Зевса.     О подвигах Геракла, а их было двенадцать, слагались легенды.  В честь одного из его подвигов стали проводить военные игры.  У горы Олимп воины соревновались в силе, быстроте, выносливости.     Чтобы воины не враждовали между собой во время игр, Геракл установил два правила. Первое правило – главное в играх не победа, а участие. И второе – выигравший в соревнованиях должен был посвящать свою победу Зевсу.     Прошло много времени. В Греции началась жестокая война между населявшими её народами. Один из греческих царей вспомнил миф о Геракле и предложил вместо военных сражений провести игры. Воевавшие народы заключили мирный договор, и лучшие воины прибыли к подножию горы Олимп для участия в соревнованиях. По названию горы игры стали называться Олимпийскими.     По правилам Олимпийские игры должны были проводиться регулярно, один раз в четыре года. Во время Олимпийских игр все сражения должны были прекращаться, а воины принимать участие в соревнованиях. Олимпийские игры стали поводом для примирения народов разных стран.     В наше время Олимпийские игры являются самыми крупными спортивными соревнованиями. Как и раньше они проводятся один раз в четыре года. Для участия в олимпийских играх съезжаются спортсмены со всего мира. Однако из стран, которые воюют, спортсмены не приглашаются. Так, Олимпийские игры, как и в далёкие времена, помогают, воюющим странам примириться, а всем людям – сохранить мир на Земле. | 1. В чью честь стали проводить игры в Древней Греции?  2. Какие правила установил Геракл?  3. Как часто сейчас проводятся Олимпийские игры?  4. Какие правила установлены для участия в олимпийских играх?  5. Проводились ли Олимпийские игры в нашей стране?  6. Когда  и где проходили XXII зимние  Олимпийские игры?  7. Что вы о них знаете? |

Приложение № 3

**Комплекс общеразвивающих упражнений с кубиками**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Упражнение | Дозировка | Организационно-методические рекомендации |
| 1.  И.п.- о.с., кубик в двух руках  1-4- круговые движения руками перед собой.  5-8- то же в другую сторону | 4-8 повторений | Кубик расположен лицевой частью наружу(порядковый номер от себя) |
| 2. И.п.- о.с., руки вперёд,  1-кубик к левому плечу, 2 -к правому плечу,  3- к левому бедру, 4- к правому | 8-12 повторений | Кубик расположен лицевой частью наружу |
| 3. И.п.- о.с.,кубик вверх  1-правая рука с кубиком отводится вправо, 2-и.п.  3-левая рука отводится влево, 4-и.п. | 8-12 повторений | Следить за осанкой, не допускать падения предмета |
| 4. И.п.- о.с, кубик лежит на голове  1- поворот головы вправо, 2- и.п.  3- поворот головы влево, 4- и.п. | 4-8 повторений | Сохранять равновесие, ,не допускать падения предмета |
| 5. И.п.- о.с.,,кубик в в вытянутых вверх руках  1-4- пружинящие наклоны туловища вправо  5-8- пружинящие наклоны туловища влево | 4-8 повторений | Руки с кубиком в руках во время всего упражнения стремиться держать прямыми за головой |
| 6. И.п.- о.с.,,кубик на голове  1- полуприсед, 2- и.п. | 12-16 повторений | Сохранять равновесие, ,не допускать падения предмета  Возможны варьирование положений руками (в стороны, вперед, вверх) |
| 7.И.п., стойка ноги врозь ,кубик в руках, согнутых перед грудью  1- наклон вперед, руки с кубиком выпрямить перед собой , 2-и.п. | 12-16 повторений | Ноги в коленях не сгибать, спину разгибать в небольшой прогиб |
| 8..И.п.- стойка ноги врозь, кубик в левой руке  1-перекинуть кубик в левую руку, 2- в правую | 12-16 повторений | Правая рука подбрасывает, левая ловит, потом наоборот. Чередовать высоту броска и темп |
| 9..И.п.-о.с. , кубик в руках  1-подбросить кубик вверх, 2-поймать | 8-12 повторений | Чередовать высоту броска и темп. Сохранять равновесие, не допускать падений кубика |
| 10. И.п.- о.с,- кубик в руках.  1- подбросить кубик с хлопком, 2- и.п. | 8-12 повторений | Чередовать высоту броска и темп, не допускать падений кубика |
| 11.И.п.-о.с., кубик в руках  1-подбросить кубик и выполнить поворот кругом, 2- и.п. | 8-12 повторений | Чередовать высоту броска и темп, не допускать падений кубика |
| 12. И.п. -о.с., кубик в левой руке.  1- перевести предмет за спину, переложить в правую руку, 2-и.п., 3-правую руку перевести перед собой, переложить предмет в левую руку. | 8-12 повторений | Чередовать несколько повторений влево, несколько вправо, увеличивая темп, уменьшая количество повторений в каждую сторону |
| 13. И.п.- руки с кубиком за спиной.1-3 – пружинящие  наклоны вперед, 4- и.п. | 4-8 повторений | Спину держать прогнутой |
| 14.И.п. о.с. 1-выпад правой вперед, руки с кубиком вперед, 2-и.п., 3-выпад левой вперед, 4-и.п., 5-выпад правой вперед , руки с кубиком вверх, 6 -и.п. , 7- выпад левой вперед, руки с кубиком вверх | 4-8 повторений | Следить за осанкой и равновесием |
| 15.И.п.-о.с..подскоки с различными движениями руками(вперед, к плечу, к бедру, за голову) | 32-48 повторений | Чередовать все изученные варианты в комбинации |
| 16.Броски с продвижением вперед, назад , в сторону | 12-16 повторений | Чередовать высоту и дальность броска |
| 17. Броски с продвижением и хлопками | 8-12 повторений | Чередовать высоту и дальность броска |

**Упражнения на релаксацию**

Приложение № 4

|  |  |
| --- | --- |
| Содержание | Новые понятия |
| Дорогие ребята!  Давайте представим хороший солнечный денек и порадуемся, улыбнемся ему .и в друг сквозь солнышко стал накрапывать «грибной»дождик. Давайте стряхнем с себя маленькие капельки.: с ручек, ножек, головы. Поблагодарим их за то, что они хорошо потрудились, помогли осилить данную нагрузку. Поапладируем! А теперь представим своих любимых родственников (мам, пап, бабушек, дедушек, сестричек и братишек).А теперь обнимем их, поблагодарим их, зато что они есть, и всегда находятся рядом в трудных ситуациях( обнимаем себя).Спасибо всем! | Релаксация - расслабление , переключение  Аутотренинг – система упражнений с целью выработки максимальной работоспособности.  Умение не только расслабляться, но и собраться |