**Технологическая карта урока**

**Предмет:** физическая культура

**Учитель:** Кулиев Э.Я МБОУ Красненская ОШ

 **Класс: 5 «Б»**

**Дата проведения:** 2 декабря

**Раздел:** «Лёгкая атлетика»

**Тема:** Прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание »

**Цель:** сформировать у обучающихся представление о технике прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание».

**Задачи.**

1. Создать представление о технике прыжка в высоту способом «перешагивание».

2. Освоить ведущие элементы техники прыжка в высоту способом «перешагивание».

3. Содействовать воспитанию сознательной дисциплины при выполнении упражнений.

4. Содействовать повышению интереса к легкоатлетическим видам спорта.

5. Формировать навыки взаимодействия с партнерами в учебной и игровой деятельности.

6. Создать условия для развития УУД.

**Тип урока:** образовательно **-** обучающий.

**Время урока:** 45 минут

**Инвентарь:** гимнастические маты, прыжковые стойки и прыжковая планка, электронная презентация, проектор, мячики.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Планируемые результаты** | **Предметные умения** | **УУД** |
| 1. учащиеся знают технику выполнения прыжка в высоту изученным способом;
2. учащиеся владеют основными видами двигательных действий;
3. учащиеся умеют подбирать упражнения для развития необходимых двигательных качеств;
4. учащиеся готовы находить интересующую информацию самостоятельно.
 | 1. обучение технике выполнения
2. приемов прыжка в высоту;
3. формирование умения выполнения специальные беговые упражнения необходимые для овладения техникой прыжки в высоту.
 | Личностные:1. формирование положительного отношения к занятиям двигательной деятельностью для индивидуальных интересов и потребностей,
2. достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

Регулятивные: 1. умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;
2. владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора.

Познавательные: 1. владения знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовки в соответствии с возрастным нормативом;
2. владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики перенапряжения средствами физической культуры.

Коммуникативные:1. владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.
 |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дидактическая структура урока** | **Задания и упражнения для учащихся, выполнение которых приведет к достижению планируемых результатов**  | **Деятельность учителя** | **Деятельность учеников** |  **Планируемые результаты** |
| **Предметные** | **УУД (личностные, регулятивные, познавательные, коммуникативные)** |
| I. Организационный момент. | **Вводная часть.**Построение в одну шеренг.-Приветствие.-Сдача рапорта . Строевые приёмы.Ходьба. - на носках, руки на пояс.- на пятках, руки за голову. - полу присядью, руки вперед.- присядью, руки на калении Бег:- приставными шагами левым боком;- приставными шагами правым боком;- спиной вперёд; | Проверяет готовность обучающихся к уроку, обучающихся создает эмоциональный настрой на изучение нового материала. Измеряет ЧСС.Контролирует выполнение инструкций по ТБ. Организует перестроение и выполнение учащимися упражнений. В беседе мотивирует учащихся на предстоящую работу. ***- «Давайте посмотрим на слайд, где изображены спортсмены. Как вы считаете, что всех их объединяет?*** ***Умеем, ли мы выполнять прыжок в высоту?***  | Дети слушают и принимают участие в обсуждении темы урока. Оценивают своюготовность к уроку (наличие спортивной формы, самочувствие). Демонстрируют умение выполнять строевые команды.Освобожденные учащиеся выполняют упражнения по самочувствию. Отвечают на вопросы учителяПриводят примеры различных прыжков.Делятся своими знаниями в области прыжков.  Вместе с учителем формулируют цель урока с использованием нового понятия и планируют учебную работу. | Отработка организующих строевых команд и приемов: «Равняйсь!», «Смирно!», «Вольно!», «На месте - шагом марш!», «На месте - стой!»; «Напра-во!», «Нале-во!» «Бегом – марш!»Формирование умения бежать с выполнением задания.  | **П.**: формирование установки на организацию безопасного занятия ФК;**Л:** установить роль разминки в выполнении физических упражнений, развитие готовности и способности к выполнению норм и требований к уроку ФК, прав и обязанностей учащихся, формирование мотива учебной деятельности;**Р:** формирование адекватного понимания устного сообщения учителя;**К:** формирование умения договориться о сотрудничестве в совместной деятельности. |
| II. Актуализация знаний | ОРУ в движении.Специальные беговые упражнения:- с высоким подниманием бедра;- с захлёстыванием голени назад- ускорения-выпады вперед, влево, вправо. **Основная часть.** | Громко и четко произносит упражнения. Проговаривает методические указания в ходе выполнения упражнения. Контролирует и исправляет ошибки при выполнении ОРУ и специальных беговых упражнений.Измеряет ЧСС.***- «А эти мышцы будут задействованы в прыжках в высоту?»*** | Выполняют ОРУ в движении. Вспоминают разновидности беговых упражнений. Внимательно выполняют упражнения, прислушиваются к методическим указаниям учителя Выполняю измерение ЧСС за 1 минуту.Рассказывают значение упражнений. Делают вывод о необходимости выполнения данных упражнений. | Формирование первоначальных знаний о прыжке.Учащиеся получат возможность научиться самостоятельно выполнять специальные беговые упражнения. | **П.**: умение получить информацию о разновидностях специальных беговых упражнениях и их назначении; **Л:** развитие самостоятельности и личной ответственности за свою деятельность;**Р:** развитие адекватного понимания информации устного сообщения учителя;умение строить устные ответы, анализировать, сопоставлять, обобщать, делать выводы, аргументировать свою точку зрения;**К:** формирование доброжелательного взаимодействия с учителем и сверстниками. |
| III. Изучение нового материала | Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание»Разбег. -Выполнят бег по дугеОтталкивание- На месте прыжок и маховые движение ножницами.Переход через планку - с 3-4 шагов перешагивают планку Приземление - уход от планкиВыполняют целостный прыжок в высоту способом «перешагивание». | Показывает технику выполнения прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание». ***– «Показанный мною прыжок нужно разбить на звенья или части».******-«Сколько звеньев получилось? И как будут называться эти звенья?»***.Формулирует задания, организует деятельность учащихся, осуществляет индивидуальный контроль по выполнению заданий  | Разбивают прыжок на звенья- разбег-отталкивание-переход через планку- приземление На месте выполняют стопорящий прыжок и маховые движение ножницами.Выполняют прыжки в высоту с разбега.Помогают учителю в оценке исполнения упражнений – исправляют технические ошибки (индивидуально) | Освоение техники бега, прыжка, перехода через планку и приземления, формирование умения выполнять звенья прыжка, как единый элемент.  | **П.**: умение получить информацию о технике прыжка в высоту и применить знания на практике;**Л:** уметь описывать технику прыжка в высоту, поддерживать друг друга во время выполнения упражнений; **Р:** развитие адекватного понимания информации устного сообщения; умение объективно оценивать результаты собственного и коллективного выполнения задания, умения контролировать свои эмоции;**К:** умение сотрудничать в группе, совместно выполнять задания. |
| IV. Первичное осмысление и закрепление нового материала | Построение в одну шеренгу.Расчёт на «первый» и «второй».Описание упражнения: «Мяч»Участники разбиваются на две группы. Каждой группе понадобятся теннисные мячи. Группы встают в круг и поднимают мячи до уровня плеч, прижав его между указательными пальцами рук партнеров-соседей справа и слева (во время выполнения в первый раз, можно прижимать мячи всеми пальцами рук). По команде учителя они начинают движение: опускание мячей, поднимание, сведение к центру, приседания, повороты и др.  | Формулирует задания, организует деятельность учащихся, осуществляет индивидуальный контроль по выполнению задания; стимулирует учащихся к самоанализу результативности собственной деятельности на уроке.  | Демонстрируют умение быть внимательным и сосредоточенным на учебном задании. Освобожденные ученики помогают учителю в оценке исполнения упражнений – выявляют победителей (индивидуально) | Соблюдение правила выполнения задания. Развитие быстроты реакции реагирования на сигнал, ловкости, координации, решительности, в то же время, координировать собственную активность с действиями других детей. | **П.**: понимание важности применения полученных знаний и применения их на практике; **Л:** развитие способностей к самооценке на основе наблюдения за собственной внимательностью в эстафете;**Р:** развитие адекватного понимания и оценивания результата деятельности, умения правильно реагировать на сигнал, контролировать эмоции;**К:** развитие доброжелательного отношения к учителю и товарищам. |
| VI.Рефлексия | **Заключительная часть.**Построение в одну шеренгу. Релаксация.Измерение ЧССПодведение итогов урока.Выставление оценок. | Проводит релаксацию, обеспечивая снижение эмоционального возбуждения.Измеряет ЧСС. Подводит итоги урока: в беседе выявляет мнения учащихся о результативности их деятельности, обобщение, выявление лучших учащихся: ***Кто технично выполнял прыжки в высоту?*** |  Демонстрируют умение быть внимательным и сосредоточенным.Участвуют в коллективном обсуждении итогов урока и оценивают вместе с учителем результаты своей деятельности. Анализируют результаты ЧСС.Освобожденные ученики принимают участие в релаксации. | Проявление организованности и внимательности,способности участвовать в беседе, объективно оценивать результаты своей деятельности.  | **П:** владение знаниями о собственных физических возможностях**Л:** развитие способностей к самооценке на основе наблюдения за собственной деятельностью**Р:** развитие умения строить устные высказывания; анализировать, делать выводы, аргументировать свою точку зрения;**К:** развитие умения допускать возможность существования у партнеров различных точек зрения, в том числе и не совпадающих с собственной, приходить к общему мнению |