**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.  Разминка в танце.  - на носках, руки на пояс.  - на пятках, руки за голову.  - на внутреннем своде стопы  -на внешнем своде стопы  - 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 свою  готовность к уроку (наличие спортивной формы, самочувствие). Демонстрируют умение выполнять строевые команды.  Освобожденные учащиеся выполняют упражнения по самочувствию.  Отвечают на вопросы учителя  Приводят 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.  Комбинация упражнений в парах  **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 дуге  Отталкивание  - На месте прыжок и маховые движение ножницами.  Переход через планку  - с 3-4 шагов перешагивают планку    Приземление  - уход от планки  Выполняют 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 ЧСС  Подведение 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 |