



Муниципальный методический фестиваль педагогического мастерства «Современные педагогические технологии как инструмент повышения качества образования»

НОМИНАЦИЯ
«ОТКРЫТЫЙ УРОК»

Желнова Евгения Юрьевна
Учитель физической культуры
МБОУ СОШ №2 п. Редкино
Email: jekus81@mail.ru

2023г.

Технологическая карта урока физической культуры

Разработчик: Желнова Евгения Юрьевна, МБОУ СОШ № 2, пос. Редкино, учитель физической культуры

УМК	Школа России
Класс	9
Предмет	Физическая культура
Тема урока	Развитие координационных способностей с элементами баскетбола
Тип урока	Урок открытия нового знания.
Цели урока	Развитие координационных способностей учащихся
Задачи урока	Закрепление пройденного материала; Совершенствование навыков взаимодействия учащихся, быстроты, ловкости, внимания, координации движений; Совершенствование навыков работы в группе.
УУД	личностные УУД: умение взаимодействовать с окружающей средой, оценивать поведенческие аспекты, формирование умения ставить учебные цели и определять мотивы для их достижения; регулятивные УУД: умение работать в группе, регулировать время, умение ставить и распределять учебные и познавательные задачи, умение оценивать и контролировать свои действия; познавательные УУД: стремление к самообразованию, к дальнейшему развитию полученного интереса к данной теме, умение искать и выделять необходимую информации, умение решить поставленную задачу, принятия самостоятельного решения; коммуникативные УУД: умение выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.
Планируемые результаты	Предметные: научиться выполнять упражнения на развитие координации, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять. Научиться получать возможность оказывать посильную и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно объяснять ошибки и способы их устранения. Метапредметные:

	<p><i>познавательные</i> – оценивать свои достижения, отвечать на вопросы, соотносить изученные понятия с примерами;</p> <p><i>коммуникативные</i> – овладеть умением вести диалог, вступать в речевое общение.</p> <p><i>регулятивные</i> – овладеть способностью понимать учебную задачу урока и стремиться её выполнить.</p> <p>Личностные: принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях</p>
Основные понятия, используемые на уроке	Координация, ловкость, строевые команды, беговые упражнения, ведение баскетбольного мяча, передача баскетбольного мяча
Организация пространства	Спортивный зал
Межпредметные связи	Анатомия, ОБЖ
Ресурсы, средства обучения	-Общепедагогические средства -Подводящие упражнения -Технические средства обучения: свисток, гимнастические палки, длинная скакалка, баскетбольные мячи
Форма организации познавательной деятельности учащихся	фронтальная, групповая.
Метод обучения	практический

Организационная структура урока

Этапы урока	Обучающие и развивающие компоненты, задания и упражнения	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	УУД
1.Организационный момент. Этап мотивации.	Эмоциональная, психологическая и мотивационная подготовка учащихся к усвоению изучаемого материала	Приветствие. Проведение построения в одну шеренгу. Проверка готовности учащихся к уроку, озвучивание темы и цели урока. Создание эмоционального настроения на изучение нового материала	Выполняют построение. Слушают и обсуждают тему урока, отвечают на вопросы.	<u>Регулятивные:</u> Определяют и осознают цель учебной деятельности. Следуют предложенному плану. Осуществляют контроль своей деятельности. <u>Личностные:</u> Понимают значение знаний для человека и принимают его; имеют желание учиться, соблюдают правила работы в группе, проявляют доброжелательное отношение к сверстникам, проявляют интерес к физической культуре. <u>Коммуникативные:</u> Включаются в диалог с учителем и сверстниками, в коллективное обсуждение поставленных

				целей, задач и проблем, проявляют инициативу и активность.
2.Актуализация знаний	<p>Вывести ответы на наводящие вопросы.</p> <p>Выполнить строевые команды</p>	<p>Учитель задает наводящие вопросы:</p> <p>-какие упражнения для развития координации вы знаете?</p> <p>-для чего человеку нужно развивать координационные способности?</p> <p>-Правильно. Сегодня мы будем. Сегодня мы будем работать над развитием координации. Беседа по теме «Что такое координация». Объясняет, что это за понятие, какое значение она имеет для физической подготовки человека.</p> <p>-Класс, «Равняйся!», «Смирно!», «По порядку номеров рассчитайсь!»</p> <p>Строевые упражнения (повороты налево, направо, кругом на месте)</p> <p>Повторение правил Т/Б</p>	<p>Слушают наводящие вопросы учителя, выполняют задания учителя.</p> <p>Настрой на урок. Самооценка готовности к уроку.</p>	<p><u>Регулятивные:</u> Осмысливают цель и задачи новой темы. Слушают и понимают инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности. Осуществляют контроль своей деятельности.</p> <p><u>Личностные:</u> Активно включаются в общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей</p>

	<p>Правила ТБ</p> <p>Выполнить ходьбу с заданием</p> <p>Выполнить бег с заданием</p> <p>Построение и перестроение.</p>	<p>- «Направо! В обход по залу шагом марш!» (ходьба по залу с дистанцией 2 шага на носках (<i>руки на пояс, спина прямая</i>), на пятках (<i>руки за головой, спина прямая</i>)).</p> <p>- Руки в замок перед собой, вращение кистями.</p> <p>-Руки к плечам. 1-4 вращательные движения вперед, 1-4 назад.</p> <p>Руки перед грудью. 1-2 рывки руками перед собой, 3-4 - в сторону</p> <p>-Выпады вперед на каждый шаг</p> <p>-Ходьба в приседе.</p> <p>- «Бегом марш!»</p> <p>*равномерный</p> <p>*приставным шагом</p> <p>*подскоками</p> <p>По окончании бега выполнить упражнения на дыхание в ходьбе.</p> <p>«Через центр зала перестроение из одной колонны в две, марш!»</p> <p>Формулирует задание, обеспечивает показ упражнений.</p>		
--	--	--	--	--

	Комплекс ОРУ (Прил.1)			
3.Применение теоретически х положений в условиях выполнения упражнений и решение задач	Комплекс беговых упражнений (Прил.2)	Объяснение учителем техники правильного выполнения беговых упражнений	Образно воспринимать двигательное действие, выделяя более сложные элементы техники выполнения упражнения	<u>Регулятивные:</u> Планируют свои действия. Осуществляют контроль своей деятельности. <u>Познавательные:</u> Понимают и извлекают информацию. Делают простейшие обобщения на наглядном примере.
4.Изучение нового материала	Построение учащихся в два круга на расстоянии вытянутых рук. Работа с баскетбольными мячами (Прил.3)	Формулирует задание, осуществляет индивидуальный контроль. Даёт команду построиться: -в два круга; -в две колонны Объясняет и показывает технику выполнения упражнений на развитие координации с	Слушают, выполняют упражнения.	<u>Регулятивные:</u> Действуют с учетом выделенных учителем ориентиров; адекватно воспринимают оценку учителя <u>Познавательные:</u> Умеют характеризовать действия и давать им объективную оценку на основе освоенных знаний; осуществляют поиск

	<p>Построение учащихся в две колонны для выполнения упражнений с использованием баскетбольных мячей посредством прыжков через длинную скакалку (Прил.4)</p>	<p>баскетбольными мячами и скакалкой</p>		<p>необходимой информации</p> <p><u>Коммуникативные:</u> Умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; обмениваются мнениями, слушают друг друга, строят понятные речевые высказывания</p>
<p>5.Первичное осмысление и закрепление</p>	<p>Упражнения на равновесие</p> <p>Выполнение диафрагмального дыхания.</p>	<p>Объясняет правила выполнения упражнений на равновесие и диафрагмального дыхания.</p> <p>Проводит дыхательные упражнения.</p>	<p>Выполняют упражнения.</p> <p>Выполняют дыхательные упражнения</p>	<p><u>Регулятивные:</u> Слушают и понимают учебную инструкцию, активно участвуют в деятельности, осуществляют контроль своей деятельности.</p> <p><u>Личностные:</u> Воспитание ценностного отношения к здоровью</p>
<p>6.Рефлексия. Итоги урока.</p>	<p>Построение и подведение итогов</p>	<p>Построение в одну шеренгу и подведение итогов урока.</p>	<p>Оценивают процесс и</p>	<p><u>Личностные:</u> Понимают значение</p>

	<p>урока.</p> <p>Обобщение полученных на уроке знаний.</p> <p>Домашнее задание</p>	<p>- Молодцы! Сегодня вы хорошо поработали и показали достойный результат! На уроке была хорошая дисциплина.</p> <p>Обобщает полученные на уроке сведения. Проводит беседу по вопросам:</p> <p>- Чему новому вы сегодня научились?</p> <p>– Какие упражнения для развития координации вы знаете?</p> <p>– Как правильно выполнить диафрагмальное дыхание? (отвечают по поднятой руке)</p> <p>Хвалит всех детей, выделяет особо отличившихся.</p> <p>Озвучивает домашнее задание</p>	<p>результаты своей деятельности</p> <p>Отвечают на вопросы.</p> <p>Определяют свое эмоциональное состояние на уроке.</p> <p>Осуществляют контроль и самоконтроль, ставят оценку.</p>	<p>координации для человека и принимают его</p> <p><u>Регулятивные:</u></p> <p>Прогнозируют результаты уровня усвоения изучаемого материала</p>
--	--	---	---	---

Комплекс ОРУ без предмета.

- 1) Круговые вращения головой. И.П. – О. С., руки на пояс. 1–4 – вращение головой вправо, 5–8 – то же влево (6-8 раз)
- 2) Рывки руками. И.П. – ноги вместе, руки перед грудью. 1-2 – рывки согнутыми в локтях руками, 3-4 – то же прямыми (6-8 раз)
- 3) Круговые вращения плечами. И.П. – О.С., руки к плечам. 1-4 – круговые вращения вперёд, 5-8 – то же назад (6-8 раз)
- 4) Наклоны туловища вперёд. И.П. – ноги на ширине плеч, руки на поясе. 1 – наклон к правой ноге, 2 – то же вперёд, 3 – то же к левой ноге, 4 – И.П. (6-9 раз)
- 5) Наклоны туловища в стороны. И.П. — ноги врозь, правая рука на поясе, левая – вверху. 1– 2 – наклон туловища вправо, 3 – 4 – то же влево (6-9 раз)
- 6) Махи ногами. И.П. –ноги вместе, руки вперёд. 1- мах правой ногой, хлопок под ней, 2 – И.П., 3 – то же левой ногой, хлопок, 4 – И.П. (8-10 раз).
- 7) Приседания. И.П. – ноги на ширине плеч, носки врозь, руки на пояс. 1 –присед, руки вперёд, 2 – И.П.(10 раз)
- 8) Прыжки на месте. И.П – ноги вместе, руки за спину. 1 – прыжок вверх, ноги врозь, руки вверх, хлопок над головой, 2 – И.П. (15 раз)

Приложение 2

Комплекс беговых упражнений (доп. инвентарь – гимнастические палки, расположенные на полу параллельно на расстоянии 80см друг от друга), каждое упражнение выполняется по два раза.

- 1) Бег с высоким подниманием колена
- 2) Приставной шаг (левым/правым боком)
- 3) Приставной шаг слева-направо
- 4) «Ролики»
- 5) «Берпи»

Комплекс упражнений для развития координации с баскетбольными мячами. Обучающиеся построены в два круга.

1. Обвод мячом туловища вправо-влево
2. Обвод ног мячом «восьмеркой» в стойке
3. Ведение мяча на месте
4. Ведение мяча на месте с перемещением на одну позицию: 1 свисток – по часовой стрелке, 2 свистка – против часовой стрелки.
5. Ведение мяча 1 свисток – приставным шагом по часовой стрелке, 2 свистка – против часовой стрелки

Комплекс упражнений для развития координации с баскетбольными мячами посредством прыжков через длинную скакалку

1. Пробег сквозь вращающуюся скакалку по одному
2. Пробег сквозь вращающуюся скакалку парами
3. Пробег сквозь вращающуюся скакалку с ведением мяча
4. Прыжки через скакалку (вбежать с ведением мяча, прыгать с мячом в руках)
5. Прыжки через скакалку (вбежать с ведением мяча, выполнить передачу мяча)
6. Прыжки через скакалку (вбежать с ведением мяча, выполнить передачу, прием, вторую передачу)