

Технологическая карта открытого мероприятия по физической культуре

Предмет	Физическая культура	Участники	Семейный дуэт: Выпускники – начальная школа
Учитель	Лукьянова О.Е., учитель физкультуры МБОУ СОШ №6 г. Конаково	Дата	18.03.2023г
Тема мероприятия	«Брат (сестра) и я – спортивная семья»		
Тип мероприятия	Комбинированный		
Цели	Образовательная цель: Формировать понятия круговой тренировки. Деятельностная цель: Развитие функциональных способностей.		
Задачи урока	1. Повышение у школьников интереса к ЗОЖ, занятиям физкультурой 2. Разучивание техники выполнения заданий круговой тренировки 3. Совершенствование навыка самоконтроля 4. Развитие скоростно-силовых качеств учащихся, их выносливости, ловкости		

Планируемые образовательные результаты				
Предметные		Метапредметные		Личностные
<p>1.самостоятельное выполнение изученных упражнений в процессе круговой тренировки; 2.преодоление трудностей при выполнении учебных заданий.</p> <p><i>Обучающиеся получают возможность научиться:</i> оказывать посильную помощь сверстникам при выполнении учебного задания; соблюдать требования техники безопасности в спортивном зале.</p>		<p>познавательные – оценивать свои достижения, отвечать на вопросы, соотносить изученные понятия с примерами;</p> <p>коммуникативные: овладевать умением вести диалог;</p> <p>регулятивные: осознать учебную задачу и стремиться её выполнить.</p>		<p>Формировать способность осознавать ответственность за своё здоровье, готовность следовать нормам здоровьесберегающего поведения</p> <p>Развивать умения и максимально проявлять свои физические способности при выполнении упражнений</p>
Условия реализации урока				
Информационные ресурсы (в том числе ЦОР и Интернет)	Учебная литература	Методические ресурсы (методическая литература, стратегическая технология и тактические технологии)	Оборудование	
	Учебник 5 -7 класс В.И. Лях	Поурочные разработки по физической культуре к учебнику В.И. Ляха	Секунд., маты, скакалки, обручи, мячи (баскетбольные, набивные, резиновые), конусы, ракетки, шашки, викторина, поговорки, скамейка.	

Основные понятия	Круговая тренировка, «станции», физические качества.
Форма проведения мероприятия	Практическое учебное занятие (соревнование)

Этап мероприятия	Деятельность учителя	Задания для учащихся, выполнение которых приведёт к достижению запланированных результатов	Деятельность участников	Планируемые результаты	
				Предметные	УУД
I. Мотивация к учебной деятельности 3 минуты	Проверяет готовность обучающихся к мероприятию, создает эмоциональный настрой на соревнования.	Строятся в шеренгу. Выполняют команды. Слушают учителя. Выдвигают варианты формулировок тем и цели, участвуют в их обсуждении.	Строят догадки, предположения. Определяют цель соревнований.	Проявление положительного отношения к учебной деятельности. Формирование мотивации к обучению.	Личностные: проявляют дисциплинированность и внимание; Коммуникативные: определяются с заданием и принимают решение по его выполнению; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;

					<p>Познавательные: формулируют и решают учебную задачу.</p>
<p>II. Актуализация комплекса знаний и умений 5 минут</p>	<p>Выполнить строевые организующие команды.</p> <p>Бег по кругу.</p> <p>Упражнения для восстановления дыхания.</p> <p>Разминка в движении</p>	<p>Даёт команды: «Равняйся!», «Смирно!», «Направо!», «Налево в обход шагом марш!», «Бегом марш!».</p> <p>Контролирует выполнение задания.</p> <p>Проводит дыхательные упражнения.</p> <p>Формулирует задание, обеспечивает мотивацию выполнения, осуществляет контроль</p>	<p>Выполняют беговые упражнения, упражнения на восстановление дыхания, комплекс</p> <p>Выполняют ОРУ в движении.</p>	<p>Формирование потребности в занятиях физической культурой, самостоятельности, установка на здоровый образ жизни.</p>	<p>Личностные: проявляют дисциплину, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.</p> <p>Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимают оценку учителя.</p> <p>Коммуникативные: и используют речь для</p>

					<p>регуляции своего действия; взаимодействуют со сверстниками в совместной деятельности; контролируют действие партнёра.</p> <p>Познавательные: решают учебную задачу.</p>
<p>III. Основная часть мероприятия</p> <p>20 минут</p>	<p>Активизирует деятельность учеников, направляет их на сотрудничество. Контролирует правильность выполнения действий.</p>	<p>Подает соответствующие команды.</p> <p>Объяснение заданий на станциях и показ.</p> <p>Знакомство учащихся с алгоритмом работы на станциях</p> <p>Акцентирует внимание на правильности выполнения.</p> <p>Выполнение комплекса круговой тренировки.</p>	<p>Ученики знакомятся со станциями круговой тренировки</p> <p>Дети показывают образец выполнения на каждой станции</p> <p>Учащиеся расходятся по своим станциям и выполняют задания.</p>	<p>Научатся технически правильно выполнять задания.</p>	<p>Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство к достижению поставленной цели. Самоконтроль.</p> <p>Регулятивные: осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ движений учителем.</p>

		<p>Дает команду на выполнение комплекса</p> <p>На каждую станцию отводится 1 мин, 30 сек. Смена станций идет против часовой стрелки. Упражнения выполняются по сигналу.</p>	<p>По свистку нужно закончить упражнение.</p> <p>Судьи фиксируют результаты качества выполнения заданий в протоколах.</p>		<p>Коммуникативные: ориентируется на позицию партнера в общении и взаимодействии</p> <p>Познавательные: общеучебные – самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их.</p>
<p>IV. Рефлексия деятельности (итог соревнования)</p> <p>13 минут</p> <p>Релаксация</p>	<p>Переводит занятие в спокойный режим.</p> <p>Предлагает варианты дыхательных и расслабляющих упражнений.</p>	<p>Проводит игру на внимание и расслабление – «Отгадай число».</p> <p>Игра «Вышибалы» (мальчишки против девчонок)</p>	<p>Выполняют упражнения на расслабление.</p> <p>Участвуют в игре.</p> <p>Анализируют и объективно оценивают результаты своей деятельности.</p> <p>Высказывают свои впечатления от соревнования.</p>	<p>Умение анализировать, соотносить свои достижения на уровне семейной команды и всей деятельности на мероприятии</p>	<p>Личностные: понимают значение знаний для человека и принимают его. Оценивают свои навыки.</p> <p>Регулятивные: прогнозируют результаты уровня усвоения изучаемого материала</p>

<p>Контроль и самоконтроль</p>	<p>Формирование умения осуществлять контроль и самооценку</p>	<p>Подведение итогов:</p> <p>- А теперь, оцените сами себя, скажите, в чем были трудности!</p> <p>А кто не выполнил хотя бы одно упражнение? Такие есть? Нет.</p> <p>Молодцы!</p> <p>Какова была цель нашего мероприятия?</p> <p>Скажите, какие физические качества вы развивали и в каких упражнениях?</p>	<p>Отвечают на вопросы</p> <p>Судьи считают результаты, записывают данные в общий протокол.</p> <p>Награждают участников, призеров и победителей.</p>	<p>Умение слушать других, выражать своё мнение</p>	<p>Коммуникативные:</p> <p>Взаимодействуют с учителем</p> <p>Познавательные:</p> <p>Дают самооценку своим действиям.</p>
<p>Рефлексия</p>	<p>Анализ выполнения учебных задач обучающимися</p>	<p>- Ребята, сегодня вы справились с поставленной задачей. Поздравляю всех с успешным прохождением испытаний. Наше мероприятие подошло к концу.</p> <p>Всем спасибо за участие.</p>		<p>Организованно выходят из зала.</p>	

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Комплекс ОРУ в движении

1. Ходьба на носках, пятках
2. Ходьба с круговыми движениями рук
3. Ходьба с рывками рук (и.п. – руки согнутые в локтях на уровне груди)
4. Ходьба с хлопками под коленом согнутой ноги и за спиной;
5. Ходьба с выпадами;
6. Ходьба в полуприседе;
7. Ходьба в приседе.
8. Прыжки с продвижением вперед.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Комплекс круговой тренировки

- 1 станция** – броски баскетбольных мячей в кольцо
- 2 станция** – встречное передвижение по гимнастической скамейке
- 3 станция** – «каракатица», передвижение на четвереньках, с набивным мячом на животе
- 4 станция** – собрать из представленных слов поговорки про ЗОЖ и спорт
- 5 станция** – прыжки на скакалке
- 6 станция** – ведение баскетбольного мяча между конусами
- 7 станция** – вращение обручей на поясе
- 8 станция** – шашки (пара играет против судьи)
- 9 станция** – пройти вокруг конусов, держа в руке ракетку, на которой лежит мяч
- 10 станция** – пресс (не расцепляя руки)
- 11 станция** – передача набивного мяча на расстоянии 3 метра.
- 12 станция** – тестовое задание, состоящее их 10 вопросов.

Максимальное количество баллов на станции – 10. Вычитаются штрафные баллы за некачественное выполнение.

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Тест: _____

1. Что стремится установить спортсмен? (**Рекорд**)
2. Начало пути к финишу. (**Старт**)
4. Какой мяч тяжелее: футбольный, волейбольный, гандбольный или баскетбольный? (**Баскетбольный**)
5. Летний вариант коньков. (**Ролики**)
6. Она является залогом здоровья (**Чистота**)
7. Гонки на лыжах со стрельбой (**Биатлон**)
8. Инструмент спортивного судьи. (**Свисток**).
9. Спортивный поход или экскурсия по определенному маршруту. (**Туризм**)
10. Прибор для измерения времени в спорте. (**Секундомер**)

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Солнце, воздух и вода - наши верные друзья.

Если не бегаешь, пока здоров, придется побегать, когда заболеешь.

Отдашь спорту время - взамен получишь здоровье.

Кто спортом занимается, тот силы набирается.

Здоровье за деньги не купишь.

