ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА УРОКА

Проект урока

**Раздел**:

Гимнастика

**Класс:** 3 кл

**Тема урока**:

Страховка при выполнении акробатических элементов (стойка на лопатках, мост).

**Содержательная цель**:

1. Закрепить умение выполнять акробатические упражнения (кувырок вперёд, акробатическое упражнение на карточке);
2. Развивать у детей силу, выносливость, координацию движений, двигательной памяти, внимания.
3. Воспитывать дисциплинированность, организованность, трудолюбие, бережное отношение друг к другу.

**Деятельностная цель**:

***познавательная*** *–* овладевать способностью понимать учебную задачу урока и стремиться ее выполнять, овладевать способностью характеризовать и объективно оценивать действие на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.

***коммуникативная*** *-* уметь излагать своё мнение и аргументировать свою точку зрения, давать оценку;

***регулятивная****–*осуществлять пошаговый контроль своих действий.

***Личностная -*** развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Части урока** | **Содержание урока** | **Дозировка** | **Деятельность**  **обучающихся** | **Деятельность учителя** | **Организационно-методические рекомендации** | **Планируемые результаты** |
| 1.Организационно - мотивационный | Вход детей в зал, построение в одну шеренгу.   1. Приветствие. 2. Перекличка. 3. Сообщение темы и задач урока.   Учитель:   * Ребята, как вы думаете, что такое страховка? ( страховка – это когда один человек помогает другому, при выполнении упр.) * Где в жизни можно встретиться со страховкой? (ответы детей) * А вы в жизни пользовались страховкой? (ответы детей)   Чтобы закрепить ваши знания, мы сегодня будем использовать страховку при выполнении гимнастических упражнений «берёзка» и «мост».  **Учебная задача:**   1. Осудить с детьми, для чего нужна страховка при выполнении упражнений. 2. Пригодится ли она в жизненных ситуациях. 3. Привести примеры. 4. Старайтесь применить страховку во время выполнения акробатических упражнений. | 2-3 мин | Совместная деятельность | Учитель стоит перед шеренгой детей | Проверка правильной осанки | Р- постановка цели  Л- самоопределение, мотивация |
| 2.Основной (информационно-аналитический) | **Разминка**  **Равномерный бег**  **Бег с заданием:**   1. «Змейкой» обегая стойки 2. С подлезанием под дугой 3. С прыжками через скамейку с помощью рук 4. По сигналу – смена направления 5. По диагонали – ускорение   **Переход на ходьбу:**   1. Восстанавливая дыхание 2. Ходьба на носках, руки вверх, спина прямая 3. Ходьба на пятках, руки в стороны, спина прямая 4. Ходьба в полном приседе 5. Прыжки в полном приседе   **обучающиеся делятся на 2 подгруппы.**  **1 подгруппа:**  **Дети делятся на пары, выполнение упражнений в парах**   1. **Первый ребёнок выполняет:** стойка, группировка, перекат на спину в стойку на лопатках **(страховка второго ребёнка**), обратный перекат в группировке в стойку. 2. Кувырок вперёд поточным поточным методом.   **Индивидуально:**   1. Правильно сделать перекат в группировке. 2. Правильно сделать стойку на лопатках. 3. Правильно помочь (страховка) сделать стойку на лопатках   **2 подгруппа:**   1. Прыжки на скакалке до 20 раз. 2. Подтягивание на низкой перекладине из положения лёжа. 3. Поднимание прямых (согнутых ног в коленях) ног из положения виса на шведской стенке.   **Индивидуально:**   1. Прыжки на скакалке на двух ногах, на носках. 2. При подтягивании держать спину прямо (страховка). 3. На шведской стенке выполнять упражнение по своим возможностям.   **При выполнении упражнений подгруппы меняются местами.**  **Игра «Ловишка с обручем».**  **Рефлексия тренировки**:  - Трудно ли выполнять страховку?  - Помогает ли страховка при выполнении упражнения?  -Какие упражнения не получаются?  -Почему? Над чем необходимо работать?  **Обсуждение критериев оценки**  **-** Какие критерии оценки должны быть оценивании страховки?   * выполнение помощи при выполнении упражнения, * бережное отношение к товарищу, * девиз «Не навреди!» |  | Совместная деятельность  Совместная деятельность  Работа в парах  Комплекс акробатического упражнения  Страховку осуществить бережно, не вредя ребёнку | Контроль за выполнением упражнений обучающихся  Контроль за выполнением упражнений обучающихся  Контроль за выполнением упражнений обучающихся  Контроль за выполнением упражнений обучающихся |  | П – овладение физическими упражнениями для координационных способностей  Л- самоопределение  Р- контроль своей  деятельности |
| 3.Рефлексивный, оценочный | **Самооценка деятельности групп:**  1 подгруппа, 2подгруппа. |  | **1гр.**  - в чём были ошибки при страховке?  - Оцените свое участие в страховке? | **2гр.**  **-** Назовите частые ошибки в выполнении стразовки?  - Кто их совершал?  - Почему, на ваш взгляд?  -Оцените. |  | Л – смысловыражение.  Р- рефлексия, самооценка |