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 целиЛ- 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 деятельностьСовместная деятельностьРабота в парахКомплекс акробатического упражненияСтраховку осуществить бережно, не вредя ребёнку | Контроль за выполнением упражнений обучающихсяКонтроль за выполнением упражнений обучающихсяКонтроль за выполнением упражнений обучающихсяКонтроль за выполнением упражнений обучающихся |  | П – овладение физическими упражнениями для координационных способностейЛ- самоопределениеР- 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 |