

Технологическая карта открытого урока физической культуры для 2 г класса.

Учитель физической культуры: Алпацкий Сергей Александрович.

Дата проведения: 02.03.2023г.

Раздел: спортивные игры: элементы волейбола.

Тип урока: совершенствования учебного материала.

Тема урока: «Встречные эстафеты с волейбольными мячами и с элементами «Пионербола».

Цель: развивать технические навыки и физические качества средством эстафет и игр.

Задачи урока:

Образовательные:

1. Освоить общеразвивающие упражнения в сомкнутом строю, способствовать развитию кондиционных и координационных способностей.
2. Повторить и закрепить правила эстафет с в/мячами, игр: «Пионербол», «Запомни - повтори».

Развивающие:

1. Развивать и совершенствовать умения выполнять упражнения на укрепление мышц туловища, рук, ног, появление координационных способностей.
2. Содействовать формированию умений контролировать и давать оценку своим двигательным действиям.

Оздоровительные:

1. Содействовать укреплению физического и психического здоровья обучающихся средством упражнений, эстафет и игр.
2. Снижать психологическое напряжение средством малоподвижной игры и сменой действий на уроке.

Воспитательные:

1. Формировать устойчивый интерес и мотивацию к занятиям физической культурой.
2. Формировать личную ответственность за свои поступки, умение общаться со сверстниками в игровой деятельности.
3. Формировать умение проявлять дисциплинированность, упорство в достижении поставленной цели.

Планируемые результаты урока:

Предметные:

научатся: анализировать и находить ошибки; координировать и контролировать действия;
получат возможность научиться: оказывать посильную помощь и моральную поддержку одноклассникам при выполнении упражнений, в эстафетах и подвижных играх.

Метапредметные:

познавательные – овладеют способностью оценивать свои результаты, указывать на свои ошибки и одноклассников, формирование представления об эстафетах и правилах игр;
коммуникативные – выражают готовность слушать собеседника и вести диалог, адекватно оценивают собственное поведение и поведение окружающих;
регулятивные – умение технически правильно выполнять двигательные действия при выполнении общеразвивающих упражнений и в движении.

Личностные: самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни, формирование навыка работать в группе, развивать внимание, ловкость, координацию; умения соблюдать правила поведения.

Технологии обучения: здоровьесберегающая, развивающая, игровая.

Методы ведения урока: фронтальный, посменный, групповой, индивидуальных заданий.

Спорт. инвентарь, оборудование: 2 волейбольных мяча, волейбольная сетка, свисток.

Место проведения: спортивный зал 1-го корпуса МАОУ СОШ №24 г.Тамбов.

Продолжительность: 45 мин.

Ход урока.

Час ти уро- ка	Содержание	Дозиро вка	Организационно-метод ические указания	УУД
П О Д Г О Т О В И Т Е Л Ь Н А Я (15 мину т)	1. Построение обучающихся. Приветствие. Проверка готовности обучающихся к занятию.	1'	Организация обучающихся на занятие. Обратить внимание на внешний вид.	Умение проявлять дисциплинированность и внимание (Л).
	2. Мотивация обучающихся на изучение данной темы и выполнения задач занятия. Создание ситуации для самоопределения и принятия обучающимися цели урока: Загадка: «Здесь команда побеждает Если мячик не роняет Мяч летит метко Не в ворота – через сетку» - <i>Ещё о чём идёт речь?</i> - <i>Какую цель вы можете себе поставить?</i>	2'	Мотивация к активной деятельности. Ответы: - пионербол; - эстафеты с мячом и с использованием волейбольной сетки; - играть по правилам с уважением друг друга. Сегодня на уроке выполним эстафеты с в/мячами и поиграем в игру «Пионербол»	Умение самоопределиться к задачам и принять цель занятия (Л). Умение определять собственную деятельность по достижению цели (Р). Уметь включаться в диалог и слушать других (Л).
	3. Формулировка темы урока (уточнение задач).			Умение выполнять упражнения по укреплению осанки (Р). Формирование бережного отношения к своему здоровью (Л).
	4. Ходьба с изменением положения рук: и.п. - руки вверх; 1 – правую вперёд, левую в сторону 2 – и.п.; 3-4 – тоже наоборот.	1'	На пятке и носке. В ритмичной ходьбе повторять движения, сохраняя правильную осанку.	Умение выполнять упражнения по укреплению осанки (Р).
	5. Бег: - обычный; - с подскоками; - «зигзагом» с выпадами.	30"	Сохранять дистанцию, без резких движений. Подскоки перекатом с пятки на носок. Перед поворотом выпад.	Формирование бережного отношения к своему здоровью (Л).
	6. Перестроение в 2 шеренги.	2'30"	По команде: «По расчёту шагом марш!»	Умение различать и выполнять команды, правильно выполнять двигательные действия.
	7. Общеразвивающие упражнения, Обучающиеся в двух сомкнутых шеренгах. И.п. – взявшись за руки; 1 – встать на носки, руки вверх; 2 – и.п.; 3-4 – тоже.	1'	Кисти не сжимать.	Осваивают комплекс упражнений (П). Действуют с учетом выделенных учителем ориентиров.
	И.п. – тоже; 1 – наклон вперёд, руки вниз; 2 – руки назад; 3 – руки вниз; 4 – и.п.	6'	Без резких движений, смотреть вперёд. С уважением партнёров. Чётко под счёт, в умеренном темпе. Наклон до горизонтального положения. Руки назад без рывков. Темп умеренный.	Умение контролировать свои действия, ориентируясь на
	И.п. – стойка ноги врозь, руки на плечи партнёрам;	6 раз	На плечи партнёрам не давить.	
		6 раз		

О С Н О В Н А Я (25 мину т) З А К Л Ю Ч И Т Е	1 – наклон вперёд; 2 – прогнуться назад; 3 – наклон влево; 4 – наклон вправо и и.п. И.п. – стоя в колонне, руки на плечи впереди стоящих; 1 – правую ногу в сторону, наклон вправо, левую руку над головой; 2 – и.п.; 3 – тоже в другую сторону; 4 – и.п. И.п. – узкая стойка в шеренгах, руки на плечи партнёрам; 1 – присесть; 2 – встать; 3-4 – тоже. И.п. - стоя в колонне, руки на плечи впереди стоящих; 1 – мах правой ногой вперёд-в сторону; 2 – тоже; 3 – мах левой ногой вперёд- в сторону; 4 – тоже; 5 – прыжок вперёд на двух ногах; 6 – прыжок назад; 7-8 – прыжки вперёд на двух ногах. «Летка енька» (под музыку).			В шадающем режиме. Стараться с места не сходить, наклоны небольшие. Чётко под счёт Руки выпрямлены. Ногу на носок, руку над головой выпрямлять. С уважением впереди стоящих. Темп ниже среднего. В команде участники не должны падать, сохранять равновесие. Помогать друг другу. Приседать на носках, не наклоняться. Темп умеренный.	показ движений учителем (Р). Умение выполнять упражнения с проявлением гибкости, ловкости (Р). Умение самостоятельно исправлять ошибки и проявлять волевые качества (Р). Снижение психологического напряжения (Л). Умение активно включаться в коммуникацию со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания (Л, К). Умение принимать коллективное решение (К). Умение контролировать, оценивать деятельность (Р). Умение принимать учебную задачу в процессе участия в игре (Р).
	Перестроение команд для встречных эстафет	6 раз			
	1. Встречные эстафеты:	2 раза			
	а) передачи мяча от груди, выполнивший передачу бежит в конец колонны напротив;	2 раза			
	б) передачи мяча от груди, выполнивший передачу идёт в конец своей колонны;	1'			
	в) передачи мяча (любым способом) через волейбольную сетку.	7'			
	3. Игра «Пионербол». 2 команды. Мальчики и девочки отдельно.	13'			
	1. Игра на внимание «Запомни – повтори».	2'30"			
	Предлагается ребятам запомнить упражнения, затем повторить. Например:				
	1 – правую руку вперёд; 2 – левую руку вперёд, правую перед грудью;				

Л Б Н А Я (5 ми-ну т)	3 – левую перед грудью, правую вперёд; 4 – опустить в и.п. Итог игры. 2. <u>Итог урока. Рефлексия.</u> Отвечают на вопросы: - <i>Что нового узнали на уроке?</i> - <i>Какие затруднения были на уроке?</i> Поднимите руки те, кто старался, и оценивает свою работу на уроке на отлично! 3. <u>Домашнее задание.</u> Выполнять прогулки на лыжах. Готовиться к лыжной подготовке.	2'	внимательный и лучший в запоминании упр. Можно менять упражнения, но несложные. Ответы: перечисляют виды упр. и игры. Обучающиеся оценивают сами себя. В среднем оценить активность класса.	принципах уважения и доброжелательнос ти, взаимопомощи и сопереживания (Л, К). Умение проявлять дисциплинирован ность (Л) Умение различать и выполнять команды, правильно (Р).
	4. <u>Уход в класс.</u>	30"	Если нет лыж, то выполнять прогулки на свежем воздухе. За направляющим в колонне по одному.	Умение дать самооценку собственной деятельности (Л)