

## Технологическая карта урока в 4 классе

Учитель физической культуры  
МАОУ «СОШ №12» им. Семенова В.Н.  
Аязова Л.И.

Раздел программы: Баскетбол

Тема урока: «Ловля, передача баскетбольного мяча двумя руками от груди».

Тип урока: Комбинированный.

Технология: Игровая, Здоровьесберегающая.

Методы: Метод выполнения упражнения по частям, метод выполнения упражнений в целом, повторный метод, словесный, практический, игровой.

Цель урока: Развитие физических качеств и способностей, приобретение определенных знаний; Создать условия для мотивации учебной деятельности;

Задачи урока:

Образовательные:

- совершенствование техники ловли и передачи мяча 2-мя руками от груди;
- закрепить знания учащимся о здоровье и здоровом образе жизни.

Воспитательные:

- воспитывать чувства коллективизма, дисциплинированности, внимание;
- воспитывать умение не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций (личностное УУД)

Развивающие:

- развитие двигательных качеств: силы, координации движений;
- развивать умения выполнять ловлю и передачи мяча на высоком качественном уровне (познавательное УУД)

Планируемые результаты:

Личностные:

- Формировать знания и умения выполнять самоконтроль для здоровьесбережения.
- Воспитать дисциплинированность, внимание, самостоятельность, силу воли, дружелюбие.
- Развить дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.

Метапредметные:

- Самостоятельно организовывать деятельность в соответствии с учебной задачей;
- Развивать умение контролировать и давать оценку своим действиям, адекватно воспринимать оценку и отметку.
- Осуществлять взаимоконтроль и взаимопомощь по ходу выполнения задания.

Материально-техническое обеспечение: баскетбольные мячи по количеству учащихся, стойки баскетбольные – 6шт, свисток -1шт, секундомер.

### Ход урока:

#### 1. Вводно-подготовительная часть.

Цель: обеспечение психологической и морфофункциональной готовности обучающихся к решению задач основной части урока и достижению его целевой установки, мотивирование обучающихся на положительный результат.

##### 1.1. Организационный момент.

Задачи:

1. Организация учащихся.
2. Создание целевой установки на уроке.
3. Обеспечение внимания, дисциплины, собранности учащихся.
4. Регулирование эмоционального состояния, создание благоприятных психических и эмоциональных условий взаимодействия учителя и обучающихся.
5. Психологический настрой на предстоящую деятельность.

Деятельность учителя	Деятельность учащихся	дозировка	ОМУ	Виды УУД
Организует построение, проверяет готовность учащихся к уроку (соответствующая форма одежды), ставит задачи, раскрывает содержание урока. Определяет ЧСС	Дежурный класса сдает рапорт о готовности класса к уроку. Внимательно слушают, задают вопросы.	1 мин.	Строевая стойка: пятки вместе, носочки врозь, подбородок приподнят, плечи расправлены, живот подтянут.	<b>Коммуникативные УУД:</b> Взаимодействуют во время построения и выполнения команд. Умение слушать, координировать действия. <b>Познавательные УУД:</b> Характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий.
Беседа с учащимися Название темы, с помощью загадки Люди бьют его руками, Головою и ногами,	Отвечают на вопросы, анализируют ответ.	2 мин.	Включить в деятельность учащихся.	<b>Познавательные УУД:</b> Представлять физическую культуру как средство укрепления и сохранения здоровья, физического развития и

<p>Клюшкой по траве катают, В сетку и кольцо кидают, Вверх взлетает птицей вольной И ему совсем не больно. В лоб ударит, ты не плачь. Называем его....(мяч)</p>				<p>физической подготовки человека; <b>Регулятивные УУД:</b> Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей.</p>
---	--	--	--	--

### 1.2. Разминка.

**Цель:** обеспечение мотивации и принятие учащимися цели учебно-познавательной деятельности, актуализация опорных знаний и умений.

**Задачи:**

1. Всесторонне подготовить организм обучающихся для реализации основной части урока (центральной нервной, сердечнососудистой систем, вегетативных функций, опорно-двигательного аппарата)
2. Подготовить группы мышц, которые будут участвовать в решении двигательных задач основной части урока.
3. Обеспечить решения специфических задач основной части урока:
  - совершенствовать комплекс специальных упражнений «Дыхательная гимнастика»;
  - развивать физические качества: гибкость, выносливость, координационные способности;
  - формировать установки учащихся на активную познавательную деятельность.

**Средства:**

- Строевые упражнения (построения, перестроения, повороты).
- различного рода ходьба: на носках, на внешней стороне стопы перекатом с пятки на носок, другими способами.
- Подготовительные упражнения, специальные корригирующие упражнения.
- Общеразвивающие упражнения.

**Критерии результатов:** готовность обучающихся к активной учебно-познавательной деятельности.

Деятельность учителя	Деятельность учащихся	дозировка	ОМУ	Виды УУД
<p>Организует выполнение строевых упражнений (команд). Построение, перестроения в шеренги, в круг, колонны в движении.</p>	<p>Выполняют команды поворотов на месте, перестроение и передвижение по залу.</p>	<p>1 мин</p>	<p>Команды: "Становись!", "Равняйся!", "Смирно!", "Вольно!", "Налево!", "Направо", "кругом!", "шагом марш, через середину</p>	<p><b>Коммуникативные УУД:</b> Взаимодействовать во время перестроения в колонны. Уметь слушать, координировать действия. <b>Регулятивные УУД:</b> Выполнять строевые команды, перестроения различными</p>

			зала в колонну по 4.	способами, контролировать свои действия согласно инструкции
<p>Общеразвивающие упражнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- упражнения на дыхание;</li> <li>- наклоны головы в стороны;</li> <li>- вращения головой влево- вправо;</li> <li>- вращения рук в плечевом суставе;</li> <li>- вращения рук в локтевом суставе;</li> <li>- наклоны в стороны на четыре счета;</li> <li>- наклоны вниз на четыре счета;</li> <li>-приседания;</li> <li>- прыжки;</li> <li>- игра «Заморозка» (2-3мин.)</li> <li>- упражнения на растяжку.</li> </ul> <p>Комплекс корригирующих упражнений.</p>	Выполняют ОРУ упражнения, повторяя каждое упражнение 8-10 раз.	6-8 мин.	Разминка групповая, индивидуальная.	<p><b>Коммуникативные УУД:</b></p> <p>Взаимодействовать во время выполнения упражнений вместе под счет. Уметь слушать счет и выполнять движения в такт.</p>
<b>2. Основная часть.</b>				
<p><b>Цель:</b> Развитие интереса к уроку физической культуры и творческой самостоятельности проведении работы с мячом</p> <p><b>Задачи:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Развивать физические качества: гибкость, ловкость, силу и координационные способности.</li> <li>2. Воспитывать «Культуру здоровья», чувство товарищества, коллективизма.</li> </ol> <p><b>Средства:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Разнообразные виды физических упражнений, которые обеспечивают эффективное решение поставленных задач.</li> <li>- Развитие познавательной деятельности при ответах на вопросы.</li> </ul>				
<b>Деятельность учителя</b>	<b>Деятельность учащихся</b>	<b>дозировка</b>	<b>ОМУ</b>	<b>Виды УУД</b>
Перестроение из колонны по 4 в одну шеренгу, по ходу учащиеся берут по баскетбольному мячу, с ведением левой руки продолжают	Учащиеся приступают к выполнению задания друг за другом. Учащиеся пытаются	16-18 мин.	По мячу не хлопать, толкать мяч в пол пальцами. Соблюдать определенную	<p><b>Регулятивные УУД:</b></p> <p>Анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить</p>

<p>ходьбу друг за другом на расстояние 1 метр, остановиться напротив стенки на противоположной стороне. Стоя на месте, ведение левой рукой, правая нога впереди, по сигналу меняют: впереди левая нога, ведение правой рукой. Ведение мяча в ходьбе: - по прямой до стенки левой рукой, обратно правой рукой. В беге: - до середины зала, по сигналу делают бросок мяча вверх, хлопок, ловля мяча и продолжают вести мяч дальше до стены, то же самое повторяют, возвращаясь назад на свое место. Работа у стенки: мячи положили у ног, выполняем имитацию ловли и передачи без мяча</p> <p>Берем мяч в руки и выполняем передачу мяча с ударом о стенку. То же самое выполняем с шагом вперед.</p> <p>Работа парами: 1 б/мяч уч-ся стоят друг перед другом на расстоянии 3метра</p> <p>-передача мяча двумя руками от груди, ловля мяча партнером стоя на месте;</p> <p>-то же самое с шагом вперед;</p> <p>-ведение мяча в ходьбе на месте,</p>	<p>выполнить каждое задание правильно, обращая особое внимание на принятие исходного положения.</p>		<p>дистанцию</p> <p>Темп медленный. Обратить внимание на сохранение дистанции.</p> <p>Мяч удерживаем пальцами на уровне пояса</p> <p>При ловле мяча пальцы не подставляем к мячу, ладонями образываем «воронку»</p> <p>Образываем «воронку», пальцы расставлены в стороны, движением ведем мяч к</p>	<p>возможности и способы их улучшения;  <b>Личностные УУД:</b> принимать и соблюдать учебную задачу, ориентация на выполнение моральных норм, регулирующих поведение в группе и классе, быть тактичным и уважительным в работе группы</p>
---	---	--	--	---

<p>по сигналу остановка, передача мяча партнеру;  -то же самое в беге на месте, по сигналу остановка, передача мяча партнеру.  Каждый ученик у кого не было мяча, берет мяч, и все идут по диагонали через середину зала «змейкой» обводя баскетбольные стойки (быстрым шагом)  Игра «Змейка»  1- уч-ся двигаются поочередно  2- двигаются поточно  -игра «Передал - садись»  Учащиеся строятся в три колонны друг за другом, перед каждой колонной стоит капитан команды на расстоянии 3 метра.  -капитан выполняет передачу мяча первому уч-ся стоящий впереди, тот ловит и делает передачу обратно, а сам садиться на корточки.  -капитан выполняет передачу мяча второму игроку, тот ловит и выполняет передачу обратно капитану и так же садиться на корточки;  -и так и далее пока все не выполнят передачу мяча.</p>		<p>4 мин</p> <p>4мин</p>	<p>груди, выпрямляя руки в локтевых суставах передача, заканчивая движения кистями рук. Пальцы обхватывают мяч  При передаче мяча руки выпрямляем в локтях  Соблюдаем интервал, по мячу не хлопаем.</p> <p>Передача выполняется как можно выше, чтоб не задеть сидящего игрока. Игрок не должен вставать пока все дети не выполнят передачу мяча капитану.</p>	
---	--	--------------------------	--	--

### 3. Заключительная часть.

**Цель:** Приведение организма в оптимальное для последующей деятельности функциональное состояние и создание установки на эту

деятельность, постепенное снижение функциональной активности организма и приведение его в относительно спокойное состояние.

**Задачи:**

1. Снизить физиологическое возбуждение и излишнее напряжение отдельных групп мышц.
2. Постепенно привести организм обучающихся в относительно спокойное состояние (снятие физической и физиологической напряженности).
3. Снизить активность сердечнососудистой, дыхательной и нервной системы до нормы.
4. Подвести итоги учебной деятельности, с оценкой учителя и самооценкой результатов деятельности обучающихся.
5. Организованно завершить занятие.

**Средства:**

- Строевые упражнения.
- Упражнения на расслабление мышц, «Дыхательная гимнастика».

Игровые задания на внимание и на координацию.

Деятельность учителя	Деятельность учащихся	дозировка	ОМУ	Виды УУД
Организует построение обучающихся.	Учащиеся делают большой круг на середине зала		Следить за правильным положением тела «Правильной осанкой».	
Проводит упражнения на восстановление и расслабление организма.	<p>Выполнение упражнений на восстановление дыхания:</p> <p>1. И.П. - о.с., руки в стороны - вверх. 1-3 - полунаклон вперед, спина круглая, руки вперед - вниз - выдох; 4-5 пауза; 6-8 вдох. вернуться в и.п.</p> <p>2. И.П. - о.с, руки на пояс. 1-2 - голову вниз, локти вперед - выдох; 3-4 - поднять голову, отвести локти назад - вдох. Выполнить 3-4 раза.</p> <p>3. И.П. - о.с, руки вверх. 1 - наклон вправо, выдох; 2 - И.П., вдох; 3-4 - то же влево.</p>		Строго соблюдать методические рекомендации по выполнению упражнений на восстановление дыхания.	<p><b>Познавательные УУД:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- представлять физическую культуру как средство укрепления и сохранения здоровья, физического развития и физической подготовки человека;</li> <li>- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий.</li> </ul> <p><b>Регулятивные УУД:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Принимать и сохранять учебную задачу</li> </ul>

	1-2 мин.		
<p><b>Рефлексия.</b>  Вспомните тему нашего урока.  Удалось достичь поставленных целей. Что удалось на уроке, что не удалось?  Оцените свою работу на уроке.  Подведение итогов урока, оценивание работы класса в целом  Определяет ЧСС</p>	<p>учащиеся анализируют свою работу.  Замеряют пульс</p> <p>2 мин.</p>	<p>Определить утомление и восстановление учащихся  Отметить и оценить отличившихся учащихся.</p>	<p><b>Личностные УУД:</b>  Осваивать начальную форму познавательной и личностной рефлексии  <b>Регулятивные УУД:</b>  Анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;  Адекватно воспринимать оценку учителя и товарищей</p>
<p>Д/задание:  Тема: «Прыжки через короткую скакалку» -30сек (кол-во)</p>			
<p>Благодарит учащихся за урок.</p>	<p>Организованно покидают спортивный зал.</p>		