**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА УРОКА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

**6 КЛАСС (ФГОС)**

Учитель: Мамедова М.Ф.

**Дата проведения: 19.09.2019**

**Раздел: Легкая атлетика**

**Тип урока: Комбинированный.**

***Технологии:***

* ***здоровьесберегающая:*** содействовать достижению гармоничности в физическом развитии;
* ***личностно- ориентированный подход***: формирование знание по физической культуре, формирование двигательной подготовленности.
* ***воспитательная:*** комплексно развивать координационные, силовые качества, содействовать формированию чувства ответственности, воспитывать упорство и потребность к занятиям физическими упражнениями.

***Тема урока:*** «Прыжок в длину. Спринтерский бег»

***Цель урока:*** демонстрировать технику выполнения прыжковых упражнений, технику спринтерского бега, личностное развитие обучаемых.

***Задачи урока:***

*Воспитательная*: формировать навыки самостоятельной работы, способствовать развитию быстроты и скоростно-силовых качеств.

*Оздоровительная:* способствовать укреплению опорно-двигательного аппарата в процессе урока.

*Образовательная:*

1. Закрепить навыки и прыжке в длину способом «согнув ноги» с 7 шагов разбега.
2. Совершенствовать умения самостоятельно выполнять бег на короткие дистанции до 50 метров.

***Место проведения:*** спортивная площадка

***Инвентарь (образовательные ресурсы):*** яма для прыжков в длину, рулетка, секундомер, свисток.

**ХАРАКТЕРИСТИКА ЭТАПОВ УРОКА**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Этап образовательного процесса*** | ***Деятельность учителя*** |  ***Деятельность учащегося*** |
| ***Личностная*** | ***Регулятивная*** | ***Познавательная*** | ***Коммуникативная*** |
|  ***Подготовительный этап ( 15 мин.)*** |
| Постановка целей и задач на урок. | Ознакомить учащихся с целью и задачами урока, настроить на урок. | Установить роль разминки при подготовке организма к занятию. | Предвидеть уровень усвоения знаний, его временных характеристик. | Использовать общие приемы решения задач. | Обсудить ход предстоящей разминки. |
| 1.Ходьба, бег и их разновидности. | Подготовить организм учащихся к работе к основной части урока. | Уточнить влияние разминки на готовность к выполнению упражнений  | Определить последовательность и приоритет разминки мышечных групп. | Контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. | Взаимодействие при выполнении разминки, как со сверстниками, так и с учителем. |
| 2.Ходьба, бег и их разновидности. | Подготовить организм учащихся к работе к основной части урока. | Уточнить влияние разминки на готовность к выполнению упражнений  | Определить последовательность и приоритет разминки мышечных групп. | Контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. | Взаимодействие при выполнении разминки, как со сверстниками, так и с учителем. |
| 3.ОРУ на месте  | Контроль за верным выполнении упражнений. | Осознание осваиваемого на уроке приема учебной деятельности, как ценности. | Определять последовательность и приоритет мышечных групп. | Использовать общие приемы решения задач. | Адекватно применять речевые средства для решения коммуникативных задач. |
| 4.Упражнение для совершенствования бега на коротких дистанциях ( до 50м.)- ускорение по сигналу из различных И.П.;- бег с набеганием;- переменный бег;- ускорение.  | Знакомство с правильным выполнением.  | Осознание осваиваемого на уроке приема учебной деятельности, как ценности. | Самоопределение в целях учебной деятельности. | Осознание и произвольное построение речевого высказывания в устной форме. | Оценивание ситуаций взаимодействия в соответствии с заданиями . |
|  ***Основной этап (25 мин.)*** |
| 1.Пробегание по разбегу с обозначением отталкивания. | Описывать технику изучаемых действий  | Постепенно набирать скорость за счет увеличения темпа бега. В последнем шаге, активно проталкиваться и выводить таз вперед | Вносить необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.  | Формировать мыслительные операции по каждому из разучиваемых элементов. | Распределять функции во время работы. |
| 2.Прыжки в длину с 7-9 шагов разбега с акцентом на ускоренную постановку ноги на месте отталкивания  | Выявить и устранить типичные ошибки. | Следить за «загребающей» постановкой толчковой ноги на место отталкивания и слитностью разбега и отталкивания | Адекватно воспринимать предложения учителя по использованию ошибок. | Ориентироваться в разнообразии способов решения задач. | Развивать умения выразить свою мысль по поводу освоения работы одноклассников с элементами прыжка в длину с разбега. |
| 3.С 7- шагов разбега выполнить отталкивание, приняв положение в «шаге », а перед приземлением вывести толчковую ногу вперед с последующим активным «выбрасыванием» ног | Моделировать технику освоенных действий.  | Последние шаги выполнить с пролеганием по отметкам. Следить за тем, чтобы отталкивание было направлено вперед-вверх и не было излишнего подседания перед толчком | Преобразовать познавательную задачу в практическую. | Поиск распознание полезной информации на основе ее анализа . Построение речевого высказывания в устной форме. | Адекватно использовать речевые средства для решения коммуникативных задач. |
| 4.Прыжки в длину, отталкиваясь с гимнастического мостика после 7-9 шагов разбега | Варьировать длину разбега в зависимости от индивидуальных особенностей. | Мостик располагается на расстоянии 2-3 м от ямы, следить за увеличением темпа движений на последних шагах разбега и активным пробеганием через маховую ногу перед отталкиванием. | Адекватно воспринимать предложения учителя по исправлению ошибок. | Ориентироваться в разнообразии способов решения задач. | Развивать умение выразить свою мысль по поводу освоения работы одноклассников. |
|  ***Заключительный этап (5мин.)*** |
| 1.Игра на внимание  | Напомнить правило игры | Ориентация на понимания причин успеха в игровой деятельности  | Учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем. | Использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы для решения задач.  | Учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве. |
| 2.Анализ выполнения учебных задач обучающимися, рефлексия, домашнее задание. | Проводить выборочный устный опрос по теории изученной на уроке. Демонстрирует умение обобщать результаты учебной работы. Ставить домашнее задание. | Определять собственные ощущения при освоении учебной задачи на уроке. Осознавать надобность домашнего задания.  | Определять смысл поставленной на уроке задачи. Оценивать свою работу на уроке, прослушивают оценку учителя. | Формировать умения и выделять основные признаки сравнения выполнения поставленных задач.Повторяют новые полученные знания на уроке. | Обеспечивать социальную компетентность и учет мнения других людей. Обучающиеся слушают одноклассников, активно участвуют в решении коммуникативной задачи, выражают свое мнение об итогах работы на уроке. |