**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА УРОКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

**РАЗДЕЛ: ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА**

**6 КЛАСС**

Учитель физической культуры:

Бирич Татьяна Николаевна

2015-2016 уч/год

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА УРОКА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ 6 КЛАСС (ФГОС)**

***Дата проведения:***

***Раздел: Легкая атлетика***

***Базовый учебник:*** Физическая культура 5-7 классы: учеб. для общеобразовательных учреждений (М. Я. Виленский, И. М. Туревский, Т. Ю. Торочкова и др.); под ред. М. Я. Виленского-2-е изд.-М.: Просвещение,2013 г.

***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:*** спортивный зал

***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*** |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| ***Подготовительный этап ( 17-19 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. |
| 1. 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. |
| 1. 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 (18-21мин.)*** | | | | | |
| 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. |
| 1. 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. |
| 1. 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. |
| 1. 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 (5-7 мин.)*** | | | | | |
| 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. |
| 1. 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. |