*Казённое общеобразовательное учреждение Орловской области- общеобразовательная школа интернат*

*«Орловский лицей – интернат*»

***Технологическая карта урока по физической культуре***

***в 3 классе по теме:***

***«Развитие физических качеств»***

*Подготовила учитель физической*

*культуры Лупанова Татьяна Николаевна*

*2020*

**Технологическая карта урока**

|  |  |
| --- | --- |
| **Название предмета** | Физическая культура |
| **Тема** | «Развитие физических качеств» |
| **Класс** | 3 |
| **Тип урока** | Урок с познавательной направленностью |
| **Форма (способы) организации** | Урок с применением проектной деятельности |
| **Цель урока** | Формирование знании у учащихся об происхождении физических упражнениях и необходимых умений и навыков в области укрепления здоровья |
| **Планируемые результаты:**  **предметные**  **метапредметные**  **личностные** | - Понимание О.Р.У. с гимнастическими палками, как средство организации здорового образа жизни и методики их проведения  - Развитие скоростных качеств, ловкости, координации движения и внимания в совместных эстафетах    -Формирование навыков проектной деятельности  - Проявление терпимости и товарищества в достижении общих целей при совместной деятельности  - Владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений  -Способность активно включаться в совместные проекты |
| **Задачи урока** | Образовательная: cовершенствовать двигательные умения и навыки, приобретённые на уроках.  Развивающая: способствовать развитию основных физических качеств: силы, выносливости, ловкости, скоростно-силовых и координационных способности.  Воспитательная: содействовать формированию позитивного отношения друг к другу в игровой деятельности; воспитанию у учащихся смелости, воли к победе.  Оздоровительная: способствовать развитию двигательных качеств. |
| **Метод** | Фронтальный и групповой |
| **Место проведения** | Спортивный зал |
| **Время урока** | 40 мин. |
| **Инвентарь и оборудование , Т.С.О.** | Гимнастические палки, фишки, набивные мячи, обручи, кегли, малые мячи. |
| **Материалы для практической работы** | Клей, набор картинок для оформления проекта |
| **Учитель** | Лупанова Татьяна Николаевна |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Этап урока** | **Деятельность учителя** | **Деятельность ученика** | **Формирование УУД** |
| Подготовительный | Организация учащихся на урок.  Построение, приветствие.  Проверка готовности учащихся к уроку (обращает внимание на внешний вид, интересуется здоровьем).  -Ребята скажите пожалуйста что такое физические упражнения?  -А какие физические качества вы знаите? (Сила, ловкасть, гибкость, выносливость, быстрота.)  - А знаете ли вы, как и где возникли физические упражнения?  -Конечно физические упражнения возникли в глубокой древности. Первобытным людям день и ночь надо было защищаться от нападения хищников, противостоять силам природы, добывать пищу.  Иногда охотники сами становились добычей зверей. Выживали наиболее сильные, ловкие, выносливые, а значит, самые здоровые. Добывая пищу и защищаясь от хищников, люди бросали камни, палки; убегая от зверей, перелезали или перепрыгивали через различные препятствия.  Наш сегодняшний урок будет посвещен развитию физических качеств.  Вам предстоит выдержать испытания. Каждое испытание – это состязание в ловкости, силе, выносливости. На всех этапах надо соблюдать не только технику выполнения, но и технику безопасности. Итак, мы начинаем. Я буду инструктировать вас на каждом этапе.  Но для начала мы должны туда попасть, правильно?  Ходьба и её разновидности (по кругу):  а) ходьба на носках, руки к плечам;  б) ходьба на пятках, руки за головой;  в) ходьба с перекатом с пятки на носок, руки на пояс.  г) ходьба в полу приседе, руки за спину  Бег:  обычный  а) бег с ускорением  б) бег правым, левым боком  обычный  Переход на шаг.  -Ребята, мы подходим к намеченному месту. Возьмитесь за руки, образуем овал.  -Чтобы справится с физическими заданиями что всегда делают?  О.Р.У. с гимнастическими палками (прил.) | Заходят в спортивный зал и строятся в одну шеренгу. Приветствуют учителя.  Отвечают на вопросы.  Активно участвуют в диалоге с учителем, обсуждая тему урока.  Выполняют ходьбу по кругу, с соблюдением дистанции.  Выполняют указанные упражнения.  Восстанавливают дыхание.  Отвечают на вопросы.  Выполняют указанные упражнения и предлагая свои. | Умение проявлять дисциплинированность и внимание(Л).  Умение самоопределиться к задачам урока(Л).  Умение определять собственную деятельность по достижению цели(Р).  Умение контролировать свои действия, ориентируясь на показ движений учителем (Р).  Умение корректировать свои действия в соответствии с изменяющими заданиями (Р).  Формирование бережного отношения к своему здоровью(Л). |
| Основной | -Ребята, у вас на руках завязаны ленточки 2-х цветов, с помощью них поделимся на 2 команды.  1 испытание:  **Бег с мячом**  Команда стоит в колонне ноги врозь, руки вверх мяч у ног первого участника. По сигналу первый участник берет мяч и передает назад, и так до последнего участника. Последний участник перекатывает мяч между ног своей команды. Первый ловит его и бежит до фишки и обратно передает мяч впереди стоящему, сам становится назад. И так далее до тех пор, пока первый участник не станет на свое место. Первый участник добегает до проекта и приклеивает правильную картинку на заданный вопрос. На картинке.  2 испытание:  **Переправа**  По сигналу игроки начинаются переправляться до другого берега при помощи обручей оббегают стойку и обруч следующему участнику.  Второй участник добегает до проекта и приклеивает правильную картинку на заданный вопрос на картинке.  3 испытание:  **Метание**  - Первый участник добегает до фишки где лежат мячи, а на против стоят кегли которые надо сбить. Третий участники добегают добегает до проекта и приклеивает правильную картинку на заданный вопрос на картинке.  4 испытание:  **Прыжки**  - Участники должны по очереди допрыгать до намеченной цели.  Четвертый участники добегает до проекта и приклеивает правильную картинку на заданный вопрос на картинке.  5 испытание:  **Мяч**  Участники должны катить мяч обручем до фишки и обратно.  Пятый участник добегает до проекта и приклеивает правильную картинку на заданный вопрос на картинке.  Подводятся итоги. | Строятся в 2 шеренги.  Выполняют задания на скорость.  Совместно с учителем выявляют причины своего проигрыша.  Выполняют задания.  Слушают учителя, высказывают своё мнение. | Умение самоопределиться с заданием и принять решение по его выполнению (Л).  Умение организовать собственную деятельность(р)  Умение согласовывать свою деятельность со  сверстниками.  Умение контролировать свои действия.(Л)  Умение работать в команде  Уважительное отношение к противнику.  Умение сделать выводы по итогам урока. |
| Заключительный | А теперь всем нам надо возвращаться домой.  Ребята ,как вы себя чувствуете?  Какие качества нам помогали на испытаниях?  Если вам понравилось наше путешествие возьмите красное яблоко если нет то зелёное.  Домашнее задание: составить комплекс утренней гимнастики из 5-6 упр.  Урок окончен «До свидания!» |  |  |