

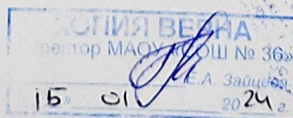
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 36 с углубленным изучением отдельных предметов»

Технологическая карта урока по физической культуре. Тема: Техника выполнения кувырка назад

Автор: Поварова Надежда Сергеевна
Учитель физической культуры
МАОУ «СОШ № 36»

г. Сыктывкар

2022



Технологическая карта урока

Учитель физической культуры: Поварова Надежда Сергеевна

Гимнастика - 5 класс

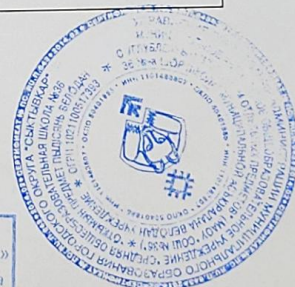
Тема урока: Техника выполнения кувырка назад

Тип урока – урок открытия нового знания

Цель урока – создать условия для освоения техники выполнения кувырка назад учащимися 5 класса.

Предметные результаты-сформировать умение выполнения кувырка назад	<p>Личностные формирование стремления к физическому совершенствованию, способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, стремление преодолевать себя освоение опыта взаимодействия со сверстниками, форм общения и поведения при выполнении учебных заданий на уроках физической культуры. Проявлять дисциплинированность, управлять своими эмоциями</p> <p>МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ</p> <p>Универсальные познавательные действия: устанавливать причинно-следственную связь между качеством владения техникой физического упражнения и возможностью возникновения травм и ушибов во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом; умения выполнять простые команды</p> <p>Универсальные коммуникативные действия: толерантно относиться к ошибкам одноклассников</p> <p>Универсальные учебные регулятивные действия: ставить цели и задачи урока, разучивать и выполнять технические действия при выполнении акробатического элемента, выявлять ошибки и предлагать способы их устранения; анализировать и контролировать технику выполнения физических упражнений другими учащимися, сравнивать её с эталонным образцом, адекватно оценивать свои результаты</p>
--	--

КОПИТ ВЕРНА
директор МАОУ «СОШ № 36»
Е.А. Зацева
15.01.2024



Использованные источники:

1. Лях В. И, Зданевич А. А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов. — М.: Просвещение, 2011.
2. Настольная книга учителя физической культуры Год выпуска 2000. Автор Погадаев Григорий Иванович
3. Физическая культура 5-6-7 класс учебник для общеобразовательных организаций под редакцией М.Я. Виленского
Москва «Просвещение» 2010

Место проведения – спортивный зал.


Дата проведения ноябрь 2022

Время проведения – 40 минут

Инвентарь и оборудование – гимнастические скамейки, гимнастические маты, свисток.



Технологическая карта урока

Этапы урока	Деятельность учителя	Деятельность учащихся	Формируемые УУД	Формы контроля
Организационный момент	Построение, приветствие. Настрой на работу, проверка готовности учащихся к уроку (наличие спортивной формы, убранных волос).	Приветствие учителя.	Личностные Стремление к физическому развитию Регулятивные УУД - Бережное отношение к спортивному инвентарю и соблюдение правил по технике безопасности.	Устный опрос
Постановка цели	Посмотрите на оформление стен нашего спортзала (обращаю внимание на пиктограммы на стенах) это пиктограммы. А пиктограмма – это нарисованный знак, отображающий черты объекта. К какому разделу физической культуры они могут относиться? Да, верно. Гимнастика. (если нет правильного, озвучиваю тему урока) Какие упражнения входят в раздел Гимнастика? Вы в начальной школе освоили кувырок вперед, сегодня мы разучим кувырок назад. Сформулируйте цель урока. Зачем вообще уметь делать кувырок?	<p>Дают варианты</p> <p>Перечисляют</p> <p>Научиться выполнять кувырок назад по технике.</p> <p>Группироваться во время падения. Нужны в других видах спорта, единоборствах, плавании.</p>	<p>Регулятивные - постановка цели урока</p> <p>Личностные – мотивация к освоению нового материала</p>	
Актуализация знаний	Учитель демонстрирует технику выполнения кувырка назад, обращая внимание на детали. Теперь Ученик1 демонстрирует подводящее упражнение. После демонстрации все учащиеся выполняют перекат. А теперь выполняем кувырок вперед. Принимаем исходное положение упор присев с последующим кувырком вперед, обращая внимание на группировку	<p>1 из учащихся демонстрирует технику.</p> <p>Учащиеся выполняют кувырок вперед.</p> <p>Учащиеся выполняют кувырок назад</p>	<p>Познавательные – умение освоить действие по предложенному образцу.</p> <p>Регулятивные – освоение алгоритма выполнения кувырка.</p> <p>Личностные – демонстрация примера освоения техники выполнения упражнения, преодоление чувства страха</p>	Контроль учителя

Выявление места и причины затруднения	Какие возникают трудности? Учитель выявляет ошибки. Просит ученика, неправильно выполняющего действие продемонстрировать выполнение классу. В чем ошибка?	Учащиеся определяют и озвучивают ошибку. Находят причину, по которой не получается кувырок.	Личностные - Проявлять дисциплинированность, управлять своими эмоциями Регулятивные - Технически правильно выполнять двигательное действие, контролировать работу Коммуникативные - взаимодействовать со сверстниками на принципах дружбы и толерантности, проявлять положительные качества личности	Контроль учителя,
Построение проекта выхода из затруднения Первичное закрепление	Каким образом нам отработать технику кувырка назад Продельываем 3-4 кувырка вперед. А затем приступаем к кувырку назад и помним, что теперь мы группируемся перед кувырком. Усложняем упражнение, выполняя 2 кувырка назад за подход.	Надо вспомнить как группироваться при кувырке вперед. Выполняют кувырок назад 3 раза Выполняют 2 кувырка назад за один подход.	Личностные – Проявлять дисциплинированность, управлять своими эмоциями Коммуникативные – толерантное отношение к ошибкам других Регулятивные- адекватное оценивание своих действий, адекватное восприятие замечаний учителя, корректировка своих действий с учетом замечаний Познавательные – применение полученных знаний на практике, анализ правильности выполнения упражнений.	Контроль учителя, самоконтроль, взаимоконтроль
Включение в систему знаний и повторение	Сегодня на уроке мы освоили один из сложных элементов акробатики – кувырок назад. Кроме него мы знакомы с такими элементами как пережат, пережат в стойку на лопатках («березка») И повторили технику выполнения кувырка вперед. Какие элементы вызвали затруднения на уроке? Домашнее задание: поднимание туловища «пресс» 25-30 раз, растяжка – упражнения на гибкость.	Оценивают себя, отвечая на вопрос, какие элементы вызвали затруднения и как их преодолеть	Личностные - Стремление преодолеть себя. Коммуникативные - Проявлять положительные качества личности Регулятивные – адекватное оценивание своих результатов на уроке	Контроль учителя, самоконтроль, взаимоконтроль

Самоанализ

Тема урока: Техника кувырка назад

Технологическая карта урока соответствует его рабочему плану и программным требованиям. Урок начался с построения. Дети сами поставили цели и задачи урока. При подготовке к уроку учитывала особенности физического развития детей (нарушение осанки, разницу в росте, темпераменту). Старалась заинтересовать в начале урока и поддерживала интерес до конца урока. Все учащиеся были вовлечены в процесс урока. Предоставляла учащимся достаточно времени для выполнения упражнений. Внимательно следила за правильностью выполнения гимнастических упражнений и техникой безопасности. Выполняя упражнения, ребята очень старались. Слушали и исправляли ошибки. Наблюдалась высокая работоспособность учеников в течение всего урока, поддерживались хорошие психологические отношения и общение. Обеспечивалось рациональное использование времени и предупреждение самостраховки при выполнении упражнений. Удалось полностью реализовать поставленные задачи. На этапе актуализации знаний использовались различные упражнения, в процессе выполнения которых были задействованы все группы мышц. Построение урока соответствовало дидактическим принципам (от простого к сложному; сознательное отношение и др.), общеразвивающие упражнения с целью организации учащихся, функциональной подготовки организма к нагрузкам в основной части. Для выполнения сложного элемента, как кувырок назад требуется немного координации и силы, поэтому перед попыткой следует хорошо размяться и убедиться, что окружающие предметы не представляют опасности. Тактично направляла отстающих учащихся. Большой плюс идет и от физической подготовки: что позволяет учащимся оценить свою физическую форму и силу. Кувырк назад требует хорошего развития мышц, особенно спины, брюшных и ног. Если у ребенка недостаточно силы или гибкости, это может затруднять выполнение элемента. Поэтому во время урока я пыталась обратить внимание на их физическую подготовку, что в дальнейшем способствовало разработке отдельного плана тренировок, чтобы укрепить нужные мышцы. В процессе проведения основной части урока мною были использована фронтальная форма, в процессе которой учащиеся отрабатывали технику, используя само- и взаимоконтроль. В заключительной части урока я осуществила контроль усвоенных умений. Важным моментом в заключительной части урока, я считаю, является домашнее задание. Посредством домашних заданий постепенно формируется привычка к систематическим занятиям. Учащиеся активно участвовали в уроке, чему во многом способствовала четкость в организации работы, грамотный инструктаж, а также разнообразны формы проведения урока. Ученики проявили себя, как дисциплинированный коллектив, все старались и показали хорошие результаты на уроке. Стиль общения с учениками доверительный, построен на взаимном уважении. Ученики проявили себя, как дисциплинированный коллектив, все старались и показали хорошие результаты на уроке. Урок способствовал общему развитию личности каждого школьника в целом. Очень важным для меня моментом является рефлексия. На сколько ученики усвоили материал урока, как они оценили свою работу, с какими трудностями столкнулись в процессе всех этапов урока- эти моменты очень важны для дальнейшего построения учебного процесса. Считаю, что основные задачи, поставленные мной, достигнуты.

ОЛГА ВЕРНА
МАОУ «СОШ № 36»
Е.А. Заичева
15.01 2024

