Технологическая карта урока по физической культуре для 3 класса (ФГОС)

№ 8 Метание малого мяча в горизонтальную цель

|  |  |
| --- | --- |
| Цели деятельности учителя | Повторение техники метания малого мяча в горизонтальную цель и на дальность; закрепление навыков метания малого мяча; развивать внимание во время выполнения заданий |
| Тип урока | Совершенствование |
| Планируемые образовательные результаты | **Предметные:**  - Вспомнить с учащимися технику метания малого мяча;  - Развивать физические качества: быстроту, ловкость и координационные способности.  **Метапредметные:**  *Регулятивные:*  - Совместно с учителем обнаруживать и формулировать учебную проблему;  - Определять степень успешности выполнения своей работы и работы всех, исходя из имеющихся критериев;  *Коммуникативные:*  - Доносить свою позицию до других: высказывать свою точку зрения и пытаться её обосновать, приводя аргументы;  - Слушать других, пытаться принимать другую точку зрения, быть готовым изменить свою точку зрения;  **Личностные:**  - Воспитывать нравственные, интеллектуальные, волевые качества.  - Формировать умение соблюдать меры безопасности и профилактики травматизма на занятиях.  - Воспитывать дисциплинированность, самостоятельность, силу воли, дружелюбие. |
| Инвентарь | Теннисные мячи по количеству учеников. |
| Время | 45 минут |

Ход урока

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Этапы урока | Деятельность учителя | Деятельность учащихся | Универсальные учебные действия |
| 1. Организационный момент | Построение в шеренгу. Проверяет готовность учащихся к уроку. Приветствует обучающихся создает эмоциональный настрой. Озвучивает тему урока.  Класс,«Равняйсь», «Смирно»,  Здравствуйте, вольно. Отмечает отсутствующих.  Сегодня на уроке мы будем повторять и закреплять технику метания малого мяча в горизонтальную цель. | Дети слушают и выполняют команды учителя, приветствуют учителя | Личностные: проявлять положительные качества личности и управляет своими эмоциями в различных ситуациях и условиях.  -Умеют проявлять дисциплинированность, упорство в достижении целей. |
| 2. Актуализация знаний | Класс, «Равняйсь», «Смирно»,  Выполнение строевых упражнений: «Налево», «Кругом», «Налево», «Направо» и  Дает команду: «Направо!»  Даёт команду: « За направляющим шагом «Марш!».  Даёт команду: «Руки вверх, на носках» «Марш!».  Даёт команду: «Руки за голову ставь, на пятках» «Марш!». Даёт команду: «Руки в стороны, перекаты с пятки на носок» «Марш!».    Учитель дает методические указания: соблюдать дистанцию, легким бегом "Марш!"  Даёт команду: «Руки на пояс, приставным шагом правым боком, «Марш!». «Левым боком, «Марш!». "Без задания"  Даёт команду: «Бег спиной вперед, «Марш!» смотрим через левое плечо. "Лицом вперед "Марш!"  Даёт команду: «По сигналу (свистку) прыжок вверх с выносом ноги правой (левой), хлопок над головой, «Марш!». "Без задания".  Даёт команду: «Шагом, «Марш».  Даёт команду: «Восстановлением дыхание. Руки вверх – вход, руки вниз- выдох».При выдохи произносим "Ту-ту-ту"  Перестроение детей для выполнения ОРУ.  «Направляющий на месте! За направляющим в две колоны через центр " Марш!", затем"Направляющие на месте!", "Класс стой! Раз-два!".  "Налево! На вытянутые руки разомкнись!"    Проведение ОРУ.   (приложение 1)  Упражнения с теннисным мячом на координацию и мелкую моторику.  Перестраивает обучающихся в колону для метания малого мяча.  Даёт команду: «Класс налево! Вперед шагом, марш!». " На месте стой!", "Кругом!" | Обучающиеся выполняют повороты на месте.          Выполняют ходьбу с заданиями.   Выполняют ходьбу на пятках.   Выполняют ходьбу с перекатом с пятки на носок.    Выполняют бег приставными шагами.        Выполняют бег спиной вперед.    Выполняют бег с прыжком вверх.    Выполняют бег по площадке.   Переходят на шаг.     Обучающиеся выполняют упражнения на восстановление дыхания "Паровоз".    Перестроение из шеренги в две колонны.            Дети выполняют ОРУ.  Дети выполняют упражнения с теннисным мячом. | Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.  Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимают оценку учителя.  Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия; взаимодействуют со сверстниками в совместной деятельности; контролируют действие партнера. |
| 3. Повторение изученного материала | - Мы подошли с вами к главной задаче нашего урока: совершенствованию метания малого мяча в горизонтальную цель и на дальность.  Напоминает технику метания мяча с места  1. И.п. – левая нога вперед, правая назад, мяч за головой в правой руке, вес тела на правой ноге.  2.Поворот туловища, перенос вес тела на левую ногу, рука вперед- вверх.  *Показывает правильное выполнение метания мяча из-за головы, стоя лицом к цели с места:*  1. И.п.- стоя на правой ноге, левая нога впереди, правая рука вверх, кисть над плечом. Прогнуться. Отвести правую руку за линию плеча. Перенести вес тела на правую ногу.  Передавая вес тела на левую ногу, перенести правую ногу на носок, бросок мяча вверх - вперед.  - По команде первые 2 человека из каждой колонны подходит к линии метания и бросает мяч в стену. Затем подбирают мяч и становятся в конец колонны. К линии подходит следующие ученики из колоны.  Выполняет метание малого мяча в цель (в щит). | Вспоминают правильную технику выполнения метания мяча.  По команде 2 ученика выходят на линию метания, одновременно бросают мяч в стену. Подбирают мяч, становятся в конец колонны. На линию метания выходят другие 4 ученика.  Выполняют по команде метание малого мяча в цель. | Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.  Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимают оценку учителя.  Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия; взаимодействуют со сверстниками в совместной деятельности; контролируют действие партнера. |
| 4.Первичное осмысление и закрепление. | Повторяет с детьми игру «Караси и щука»:  - Название игры.  - Объяснение правил игры (см. приложение).  - После окончания игры подводится итог: кто самый быстрый, ловкий.  Броски мяча в кольцо- кол-во попаданий в кольцо.  Игра на внимание "Великаны и карлики"  - Название игры.  - Объяснение правил игры (см. приложение 2).  - После окончания игры подводится итог: кто самый внимательный.  - Класс «Разойдись!».  «В одну шеренгу становись!». | Повторяют игру «Караси и щука».  Повторяют игру на внимание «Великаны и карлики"». | Регулятивные: принимают инструкцию учителя и четко следуют ей; принимают и сохраняют учебную задачу в процессе участия в игре; адекватно воспринимают оценку учителя.  Коммуникативные: умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности.  Личностные: Умеют проявлять дисциплинированность, упорство в достижении целей. |
| 5. Итоги урока. Рефлексия. | Проводит беседу по вопросам:  -Чем занимались на уроке?  -В какие игры мы с вами играли?  -Что было интересного на уроке?  Отметить активных учащихся.  Ребята, на этом наш урок закончен, до свидания.  Веду в класс | Отвечают на вопросы, определяют свое эмоциональное состояние на уроке. | Личностные: понимают значение знаний для человека и принимают его.  Регулятивные:прогнозируют результаты уровня усвоения изучаемого материала. |

**Приложение 1**

Комплекс ОРУ

**Упражнение №1** «Наклоны головы».

И.п. – о.с. руки на пояс

1 – наклон головы вперед,.

2 – назад,

3- вправо,

4 – влево.

Повторить 3-4 раза

**Упражнение №2** «Вращение в кистевых суставах».

И.п.- ноги на ширине плеч, руки в стороны.

1-4 - вращение в кистевых суставах вперед;

5-8 – вращение назад.

- Исходное положение принять. Упражнение вперед «Начинай!».

- Закончили.

Повторить 3-4 раза

**Упражнение №3** «Вращение в локтевых суставах».

И.п.- ноги на ширине плеч, руки в стороны.

1-4 - вращение в кистевых суставах вперед;

5-8 – вращение назад.

- Исходное положение принять. Упражнение вперед «Начинай!».

- Закончили.

Повторить 3-4 раза.

**Упражнение №4** «Вращение в плечевых суставах».

И.п.- ст. ноги на ширине плеч, руки вперед.

1-4 - вращение в кистевых суставах вперед;

5-8 – вращение назад.

- Исходное положение принять. Упражнение вперед «Начинай!».

- Закончили.

**Упражнение №3** «Рывки руками»

И.п.- ст. ноги на ширине плеч, руки перед грудью.

1-2 отведение согнутых рук назад;

3-4 отведение прямых рук назад.

- Исходное положение принять. Упражнение «Начинай!».

- Закончили.

**Упражнение №4** «Повороты туловища.

И.п. – ст. ноги на ширине плеч, руки на пояс.

1- 2-поворот туловища на право

3-4 – то же на лево.

- Исходное положение принять. Упражнение в правую сторону «Начинай!».

- Закончили.

**Упражнение №5** «Наклоны».

И.п.- ст. ноги на ширине плеч, руки на пояс.

1- наклон к правой ноге;

2- наклон вперед;

3- наклон к левой ноге;

4- и.п.

- Исходное положение принять. Упражнение к правой ноге «Начинай!».

- Закончили.

**Упражнение №6**«Махи ногами».

И.п. – ноги на ширине плеч, руки в стороны.

1- мах правой ногой.

2 – и.п.

3-4 – тоже левой ногой.

- Исходное положение принять. Упражнение «Начинай!».

- Закончили.

**Упражнение №7**«Выпады»

И.п. – о.с., руки на поясе.

1- выпад правой ногой вперед

2 - и.п.

3- то же левой ногой

4 - и.п.

- Исходное положение принять. Упражнение вправо «Начинай!».

- Закончили.

**Упражнение №8**«Прыжки»

И.п.- о.с., руки вниз.

1 - прыжком ноги врозь, хлопок над головой;

2 - прыжком и.п.

3-4 – тоже самое.

- Исходное положение принять. Упражнение «Начинай!».

- Закончили.

**Упражнение №9** «Восстановление дыхания»

И.п. – о.с.

1- глубокий вдох, руки через стороны.

2 выдох, руки вниз

**Приложение 2**

**Подготовка**. На одной стороне площадки находятся "караси", на середине "щука".

**Содержание игры**. По сигналу "караси" перебегают на другую сторону. "Щука" ловит их. Пойманные "караси" (четыре-пять) берутся за руки и, встав поперёк площадки, образуют сеть.

Теперь "караси" должны перебегать на другую сторону площадки через сеть (под руками). "Щука" стоит за сетью и подстерегает их. Когда пойманных "карасей" будет восемь-девять, они образуют корзины - круги, через которые нужно пробегать. Такая корзина может быть и одна, тогда её изображают, взявшись за руки, 15-18 участников. "Щука" занимает место перед корзиной и ловит "карасей".

Когда пойманных "карасей" станет больше, чем не пойманных, играющие образуют верши - коридор из пойманных карасей, через который пробегают не пойманные. "Щука", Находящаяся у выхода из верши, ловит их.

Победителем считается тот, кто остался последним. Ему и поручают роль новой "щуки".

**Правила игры**: 1. Игра начинается по сигналу руководителя. 2. Все "караси" обязаны при перебежке пройти сеть, корзину и верши. 3. Стоящие не имеют права задерживать их. 4. Игроки, образующие корзину, могут поймать "щуку", если им удастся закинуть сплетенные руки за спину "щуки" и загнать её в корзину или захлопнуть верши. В этом случае все "караси" отпускаются, и выбирается новая "щука".