**Технологическая карта урока по физической культуре для 3 класса.**

Учитель –Очиров Ринчин Иннокентьевич, МАОУ «СОШ №47 г.Улан-Удэ, им.Калашникова И.К.»

**Раздел программы**: «Гимнастика"

Тема: Гимнастические упражнения на гимнастических ковриках.

**Тип урока**–общеметодологической направленности.

**Технологии** –здоровьесбережение, индивидуально-личностного обучения, самоанализа , коррекции действий.

**Цель урока**–совершенствование техники выполнения стойки на лопатках, моста, коробочки,

**Задачи**–1)развитие физических качеств силы, гибкости, ловкости;

2)формирование умения находить и исправлять допущенные ошибки при выполнении элементов акробатики;

3)формирование умения самостоятельной работы и работы в группе.

**Место проведения** –спортивный зал

**Время урока** -45 минут

**Оборудование** – гимнастические коврики.

|  |  |
| --- | --- |
| **Планируемые результаты:** |   |
| Предметные | знать физические качества человека;знать технику стойка на лопатках, моста, «коробочки», «лодочка» |
| Метапредметные: | **коммуникативные** | с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. |
| **регулятивные** | осуществлять взаимный контроль в ходе совместной деятельности;осуществлять действие по образцу и заданному правилу; |
| **познавательные** | выполнять элементы акробатики (стойка на лопатках, мост, «коробочка», «лодочка» |
| Личностные | развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах,формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни. |

**Структура и ход урока**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Этап урока** | **Обучающие и развивающие компоненты, задания и упражнения** | **Деятельность учителя** | **Деятельность ученика** | **Формы взаимо-действия** | **Формирование УУД** |
|   |   |
| **Организа-ционный момент****4 мин.** | Эмоциональная и психологическая подготовка обучающихся к изучаемому материалу | Проводит построение в шеренгу. Проверяет готовность обучающихся, к уроку. Создает эмоциональный настрой к изучению материала. Задает наводящие вопросы | Выполняют построение в шеренгу по росту. Обсуждают тему урока | Фронтальная | Личностные: Активно участвовать в беседе с учителем, понимают значение знаний для человека. |
| - Какой раздел мы с вами изучаем в этой четверти? | - Гимнастика |   |   |
| -А что надо помнить и выполнять на занятиях гимнастики? Какие правила соблюдать? | - Внимательно слушать!-Соблюдать технику безопасности на уроках;- Не трогать без разрешения учителя инвентарь и лазить на снаряды;-Соблюдать дистанцию;-Начинать упражнение по команде учителя; |   |   |
| -Какую цель мы можем поставить на уроке? | - Выполнять упражнения более точно и быстро. |   |   |
| **Актуа-лизация знаний****6 мин.** | Построение в колону по одномуРазминка1)Ходьба в колонне по одному,2)ходьба на носках,3)Ходьба на пятках,4) Ходьба на внешней стороне стопы,5) Ходьба в приседе.1)Бег2)бег с изменением направления,3) бег приставными шагами,4)бег скрестным шагом.- ходьба, с восстановлением дыхания- перестроение в колонну по триОРУ:1. и.п.- ноги на ширине плеч, руки на пояс наклоны головы на счёт 1-вперёд, 2-назад, 3-на лево, 4- на право.2.и.п.- ноги на ширине плеч, руки к плечам, круговое движение руками вперёд на 4 счёта, на 4 счёта назад.3.и.п.- ноги на ширине плеч, руки в стороны, туловище наклонено вперёд, выполняем мельницу, на 4 счета4.и.п. – ноги на ширине плеч, руки в стороны, круговое движение плечами вперёд, назад, на 4 счета5. и. п.- руки на поясе, наклоны туловища вперед, назад, в лево, в право на 8 счета.6. и. п. – руки перед собой, махи ногами.7. и.п.- руки на пояс, вращение голеностопа8. и. п.- руки на пояс, прыжки на двух ногах,9. и. п.- руки на пояс, прыжки на левой, правой, ноге:10. и.п.- упражнение на восстановление дыхания. | Проводить построение в колону по одному.Проводит разминку, дает командыдля обучающихся: | Строиться в колону.Выполняют ходьбу.Выполняют ходьбу с заданием.Выполняют бег с заданием.Восстанавливают дыхание.Выполняют перестроение.Выполняют ОРУ на счет | Фронтальная | Личностные:установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.Регулятивные: контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталономПознавательные: уметь выполнять упражненияКоммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работуРегулятивный: осуществляют повышенный контроль своих действий, ориентируясь на показ движений учителя. |
|   |
|   |
| **Изучение материала****30 мин.** |   | Организация деятельности учеников и подготовка гимнастических ковриков. | Подготовка и правильное расположение гимнастических ковриков. | Фронтальная,Индиви-дуальная | Регулятивный: осуществляют повышенный контроль своих действий, ориентируясь на показ движений учителя. |
|   | -Какую задачу будем решать в первую очередь? | Совершенствование элементов акробатики: перекаты, стойка на лопатках, «корзинка», мост, маги ногами в различных положениях. |   |   |
| Упражнения на ковриках:1.сесть на гим.коврик, потянуться к носочкам, колени не сгибать.2.упражнение на стопу3.лечь на спину, руки за голову-поднимание туловища 30 раз4.поднимание левой, правой ноги по очереди-10 раз5.поднимание обеих ног -10 раз, колени не сгибать6. упр.« мостик»7.упр. «стойка лопатках»8.упр. «велосипед»9.упр. « ножницы»10.перекаты11.упр. « коробочка»12.упр. «лодочка»13.упр. на растяжку , шпагат14.упр. «кобра»15. упр. « силачи»16. упр. « качели» | Учитель показывает и контролирует правильность выполнения упражнений | Выполняют упражнения | Фронтальная,индиви-дуальная | Регулятивные: контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталономПознавательные: уметь выполнять упражненияКоммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу |
|   | Добились ли мы поставленной цели? | Проговаривают критерии оценки. контролируют свои действия при выполнении заданий. | Фронтальная,индиви-дуальная | Регулятивные: контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданнием.Познавательные: уметь выполнять упражненияКоммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу |
| А смогут ли вам знания и умения сегодняшнего урока пригодиться в жизни и где? | Приводят примеры. |
| **Рефлексив-ный,оце-ночный****5 мин.** |   | -Какую цель ставили на уроке? | Научиться хорошо выполнять упражнения.. | Фронтальная,индиви-дуальная | Регулятивные: контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном.Познавательные: уметь выполнять упражненияКоммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу |
| -Что делали на уроке, чтобы достичь своей цели? | Перечисляют виды деятельности и заданий. |
| -Кто научился правильно выполнять?Поднимите правую руку.-Оцените себя сегодня. |   |
| Подводит итоги урока. |  |  |  |