**Технологическая карта урока физической культуры в 4 классе**

*Учитель физической культуры*

*МОУ «СОШ №3» г. Коряжма*

*Панфилова Наталья Геннадьевна*

**Раздел: Лыжная подготовка.**

**Тема: Техника лыжных ходов. Одновременный бесшажный ход.**

**Место и роль урока в изучаемой теме**: первый урок по теме.

**Цель:** Формирование умений передвижения на лыжах с использованием техники одновременного бесшажного хода.

**Образовательные задачи (*предметные результаты):***

1. Разучить технику одновременного бесшажного хода.

**Развивающие задачи *(метапредметные результаты):***

1. Формировать у детей умение работать в группах, общаться со сверстниками (*коммуникативное УУД)*
2. Познакомить обучающихся с приемами взаимодействия в команде, группе - встречная эстафета (*познавательное УУД)*
3. Развивать умение контролировать и давать оценки своим двигательным действиям (*регулятивное УУД)*

**Воспитательные задачи *(личностные результаты):***

1.Формировать умение проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленной цели.

**На уроке применялись образовательные технологии:**

Здоровьесберегающие, системно – деятельностный подход, игровые, коллективные системы обучения, обучение в сотрудничестве.

**Место проведения: стадион школы**

**Время урока**: 45 минут

**Инвентарь и оборудование:** лыжи

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Части**  **урока** | **Этапы урока** | **время**  **мин** | **Цель** | **Содержание учебного материала** | **Методы  и приемы работы** | **ФОУД** | **Деятельность учителя** | **Деятельность обучающихся** |
| Подготовительная часть  10 мин. | Организа-ционный  момент | 03 | Направлять на воспитание организованности,  приучению к порядку, самоконтролю учащихся.  Психологически подготовить учащихся к общению и предстоящему  занятию. | Подготовка к уроку  Эмоциональная, психологическая и мотивационная подготовка учащихся к усвоению изучаемого материала | Устный опрос.  Словесный (беседа, указание, команда) | Фронтальная  Индив. | Проводит построение в шеренгу. Проверяет готовность учащихся к уроку,  организует деятельность учащихся на подготовительном этапе урока.  Приветствие.  Учитель ставит задачи на урок, дает краткие пояснения. | Выполняют построение. Слушают и обсуждают тему урока. |
|  | Разминка | 07 | Настроить детей на сотрудничество друг с другом | Построение  Выход  к месту занятий. |  | Фронт. Индив. | Проводит построение в колонну. Выводит учащихся на учебную лыжню. | Комплекс упражнений№2. |
|  |  |  | Привить самостоятельность выполнения задания.  Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;  Соблюдение ТБ контролируется в течение всего урока. | ОРУ на месте и в движении без лыж.  Выполнить команды |  | Фронт групп.  фронтальная  Индив | Показ, рекомендации.  Учитель напоминает учащимся о ТБ при передвижении на лыжах.  Дает рекомендации по правилам крепления лыж. | Выполняют команды  Выполняют задание  Соблюдают технику безопасности |
|  |  |  | Осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя. | Ходьба по учебной лыжне |  |  | Учитель распределяет учащихся по учебным лыжням для прохождения двух различных кругов  (внешний, внутренний), устанавливает интервал между лыжниками  3-4 м. | Более сильные лыжники передвигаются по внешнему кругу, те которые послабее по внутреннему кругу с равномерной интенсивностью, соблюдая интервал 3-4 м. |
| Основная часть 30 мин. |  | 10 | Обучение технике одновременно бесшажного хода | Передвижения на лыжах одновременно бесшажным ходом | Словесный (объяснение)  Наглядный (показ) | Фронтальная  Групповая | Учитель показывает учащимся технику передвижения одновременно бесшажным ходом, демонстрируя полный цикл, технику постановки, подседания и отталкивания в сочетании с руками, давая при этом краткие пояснения о возможных допускаемых ошибках при передвижении этим способом.  Контролирует выполнение задания, указывает на характерные ошибки | Учащиеся внимательно смотрят и слушают.  Осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ движений учителем.  Соблюдают интервал 3-4 м между уч-ся. Поточным методом демонстрируют технику одновременно бесшажного хода. |
|  |  |  |  |  | Практический (выполнение упр. Индив | индивидуальная | Распределяет уч-ся по 2 кругам установив интервал 3-4м .  Учитель демонстрирует с пояснениями технику  одновременных ходов, уделяя особое внимание на одновременный толчок двумя палками.  Следит за правильностью выполнения упр., техникой безопасности.  Контролирует выполнение задания указывает на характерные ошибки | Уч-ся отвечают на вопросы по технике выполнения одновременного одношажного и двухшажного ходов  Распределяются по  внутреннему и внешнему кругу, переходят к закреплению техники передвижения одношажного и двухшажного хода.  Соблюдают технику безопасности |
|  |  | 10 | Закрепить технику одновременных ходов. | Передвижение на лыжах с использованием одновременных ходов | Словесный (беседа) наглядный (показ) Практический (упр-е) Индив | Фронтальн.  Групп. | В центре, параллельно лыжне учителя, накатаны лыжни для каждого учащегося.  Учитель расставляет слева более сильных учащихся , справа-послабее., объясняет условия игры. | Выполняют игровые действия с анализом качества выполнения |
|  |  | 10 | Развитие выносливости и скоростно-силовых качеств. | Повторение пройденных ходов  **Игра «Кто лучше»**  Эстафета **«Гонка с гандикапом»**  Игра **«Быстрый лыжник»**  Игра **«Быстрая команда»** | Наглядный  (показ)  Словесный (объяснение)  игровой | Групп. | Объясняет правила выполнения задания.  Осуществляет контроль усвоения выученных способов передвижения.  Учитель объясняет правила игры. Осуществляет контроля правильности выполнения техники передвижения различными способами.  Выявляет победителя.  Учитель объясняет правила игры | Выполняют задания, четко следуют правилам  Учащиеся выбирают сами каким способом удобнее и быстрее пробежать дистанцию 30 метров.  Выполняют задание |
| Заключительная  Часть  5мин | Подведение итогов занятия | 5 | Снизить психо-функциональный подъём. Обобщить полученные на уроке сведения, указать на типичные ошибки. | Построение  Обобщить полученные на уроке сведения  Команда « Лыжи снять!» | Прогнозирует результаты уровня усвоения изучаемого материала  Воспитывает бережное отношения к спортивному инвентарю, аккуратности и прилежанию. Подводит итоги. |  |  | Учащиеся ставят палки вправо, снимают лыжи, очищают их от снега.  Организованный уход в школу. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |

\* ФОУД – форма организации учебной деятельности обучающихся (Ф – фронтальная, И – индивидуальная, П – парная, Г – групповая)