

**Андреева Юлия Федоровна**  
Учитель начальных классов  
ГБОУ СОШ с.Кротково  
с.Кротково, Самарская область

**Технологическая карта урока по физической культуре в 1 классе.**

<b>Учебный предмет</b>	Физическая культура
<b>Класс. Дата</b>	1 ноябрь 2024 г.
<b>Тип урока</b>	Урок освоения нового материала.
<b>Технология построения урока</b>	Игровая, индивидуальная, фронтальная. частично – поисковый, объяснительно – иллюстративный;
<b>Наименование раздела</b>	Гимнастика с основами акробатики
<b>Тема урока.</b>	Учимся гимнастическим упражнениям
<b>Цель урока</b>	Формировать навыки лазания по гимнастической стенке.
<b>Задачи</b>	Развивать зрительное восприятие; развивать пространственные представления, развитие мелкой моторики, формировать правильную осанку; совершенствовать выполнение упражнений для развития двигательных координаций.
<b>Планируемые результаты урока</b>	
<b>Предметные</b>	Научатся: объяснять правила выполнения двигательных действий на гимнастической стенке, находить ошибки и эффективно исправлять их; Получат возможность научиться: оказывать посильную помощь и поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, объяснять ошибки и способы их устранения.
<b>Метапредметные Личностные</b>	Познавательные - овладеют способностью оценивать свои достижения, отвечать на вопросы, соотносить изученные понятия с примерами из жизни; Коммуникативные – овладевают диалогической формой речи, способностью вступать в речевое общение; Регулятивные – развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях.
<b>Образовательные ресурсы</b>	Гимнастическая стенка, гимнастические палки, карточки 10*10 см (цвет: зеленый, красный, синий), прищепки, ноутбук, ЭОР.

## Организационная структура урока

Этапы урока	Обучающие и развивающие компоненты, задания и упражнения	Деятельность учителя	Деятельность учащихся	Формы взаимодействия	Универсальные учебные действия	Виды контроля
I. Организационный момент	Эмоциональная, психологическая и мотивационная подготовка учащихся к усвоению изучаемого материала	Проводит построение. Приветствие. Проверяет готовность обучающихся к уроку, подводит учащихся к теме и цели урока, создает эмоциональный настрой на изучение нового материала. Применяет ЭОР «Техника безопасности на уроках физической культуры». Раздел «Гимнастика». <a href="https://cloud.mail.ru/public/3Ubh/kHgPwN9w8">https://cloud.mail.ru/public/3Ubh/kHgPwN9w8</a>	Выполняют построение в шеренгу, формулируют и обсуждают тему урока.	Фронтальная	Личностные: понимают значение знаний для человека и принимают его; имеют желание учиться; стремятся хорошо учиться и сориентированы на участие в делах школы.	Устный опрос
II. Актуализация знаний.	Выполнить построение и организующие строевые команды. Ходьба. Бег. Дыхательные упражнения.	Дает команды: «Равняйся!», «Смирно!», «По теплоте рук в одну шеренгу стройся!», «Класс, направо!», «Класс, налево!», «Направо!», «В обход налево шагом марш!» Формулирует задание,	Выполняют повороты на месте. Выполняют перестроение в шеренгу по теплоте рук (направляющий - с горячими руками, замыкающий – с холодными)	Фронтальная	Личностные: проявляют дисциплинированность, упорство в достижении поставленных целей. Коммуникативные: умеют договариваться и	Выполнение действий по инструкции

		<p>контролирует его выполнение.          Организует проблемные и поисковые ситуации.          Направляет учеников на сотрудничество</p>	<p>Выполняют ходьбу:          -на передней части стопы, руки за голову;          - на пятках, руки за спину;          -на внутренней части стопы, руки на пояс;          -на внешней части стопы, руки к плечам.          Переходят на бег с заданием (2 минуты):          - по команде «Хоп!»          - подскок на двух ногах;          -по команде «Хлоп!»          - хлопок в ладошки.          Во время задания сохраняют медленный темп, дистанцию (2 шага).</p>		<p>приходить к общему решению в совместной игровой деятельности,          контролируют действия партнера, задают вопросы.          Регулятивные:          определяют план выполнения заданий;          действуют с учетом выделенных учителем ориентиров;          адекватно воспринимают оценку учителя;          осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ и объяснения движений учителем.</p>	
<p>III.          Изучение нового материала.</p>	<p>Разминка с гимнастическими палками, направленная на укрепление мышц спины. (см. Приложение №1)</p>	<p>Формулирует задание, контролирует его выполнение.           Дает задание:          1.Имитация движений рук и ног на полу для лазанья одноименным способом.</p>	<p>Выполняют упражнения разминки.           Выполняют задание по одному, обращая</p>	<p>Фронтальная, индивидуальная</p>	<p>Познавательные:          Общеучебные- осознанно строят речевое высказывание в устной форме о правилах безопасности во</p>	<p>Выполнение действий по инструкции.</p>

<p>Лазание по гимнастической стенке.</p>	<p>2. Лазание вверх, наступая на каждую рейку поочередно двумя ногами (хват за рейку сверху).  3. Имитация движений рук и ног на полу для лазанья разноименным способом.  4. Взять зеленую карточку, прикрепить прищепкой к футболке, подойти к гимнастической стенке – с левой руки и левой ноги подняться одноименным способом – спуститься.  5. Взять синюю карточку – прикрепить к шортам подойти к гимнастической стенке – с правой руки и левой ноги подняться разноименным способом – спуститься.  6. Взять красную карточку – прикрепить к носочку левой ноги – подойти к гимнастической стенке – с левой руки и ноги встать на нижнюю жердь и передвигаться влево</p>	<p>внимание на правильную постановку рук и ног в каждом задании (хват за рейку сверху), на правильность выбранного цвета карты.</p>		<p>время лазанья по гимнастической стенке;  Логические – осуществляют поиск необходимой информации.  Коммуникативные: умеют использовать речь для регуляции своего действия; взаимодействуют со сверстниками в совместной деятельности.  Регулятивные: умеют оценивать правильность выполнения действия, вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.  Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при</p>	<p>Сравнение результата с образцом</p>
--	--	---	--	---	--

		приставными шагами на другую часть гимнастической стенки – спуститься.			выполнении упражнений и в процессе участия в игре; принимают инструкцию учителя и четко ей следуют; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимают оценку учителя.	
IV.Первичное осмысление и закрепление.	Подвижная игра «Бочче» см. Приложение №2	Поясняет правила игры. Формулирует задание, контролирует его выполнение. Активизирует деятельность учащихся.	Участвуют в игре.	Фронтальная		Сравнение результата с образцом
V.Итоги урока. Рефлексия.	Обобщить полученные на уроке сведения.	Формулирует задание на рефлексию. см. Приложение №3  Организует беседу по проблемному вопросу: какие физические качества развиваются при лазании по гимнастической стенке?	Выполняют комплекс на восстановление дыхания. Отвечают на вопрос. Определяют свое эмоциональное состояние на уроке. Вывод делают сами учащиеся.	Индивидуальная	Личностные: понимают значение знаний для человека и принимают его. Регулятивные: прогнозируют результаты уровня усвоения изучаемого материала.	Сравнение результата с образцом

### Используемая литература

1. Физическая культура, 1-4 класс, Лях В.И., 2022.
2. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И. Ляха 1-4 классы.
3. Электронное образовательное пособие. Техника безопасности на уроках физической культуры. Раздел «Гимнастика». Андреев А.Б. <https://cloud.mail.ru/public/3Ubh/kHgPwN9w8>

## ***Приложение №1***

Разминка с гимнастическими палками на укрепление мышечного корсета.

1. И.п. – стойка ноги врозь, палка внизу, хват сверху за края палки.

1-правая назад на носок, палка вверх, прогнуться.

2-и.п.

3-левая назад на носок, палка вверх, прогнуться.

4-и.п.

2.И.п.-основная стойка, палка за спину по локотки.

1-наклон головы вправо,

2-наклон головы влево,

3-наклон головы вперед,

4-наклон головы назад.

3.И.п.- узкая стойка, палка у груди, хват сверху за края палки.

1-палка вверх

2-палка за спину

3-палкапалка вверх

4-и.п.

4.И.п. -широкая стойка, палка за спину на плечи, хват сверху за края палки.

1-полунаклон туловища вправо, палка вверх.

2-и.п.

3- полунаклон туловища влево, палка вверх.

4-и.п.

5. И.п.- широкая стойка, палка за спину под локотки.

1- поворот туловища вправо.

2- и.п.

3-поворот туловища влево.

4-и.п.

6.И.п.- стойка скрестно правая вперед, палка вперед вертикально с опорой о пол, хват за верхний край палки

двумя

Руками.

1-3-пружинистый полунаклон вперед.

4-и.п.

7.И.п.- выпад на правой в правую сторону, палка вперед, хват сверху за края палки.

1-3-перекат в выпад на левую.

8.И.п.- стойка ноги врозь, палка внизу, хват сверху за края палки.

1-полуприсед, палка вперед.

2-присед, палка вперед.

3-полуприсед, палка вперед.

4-и.п.

9. И.п.- стойка основная строевая, палка внизу, хват сверху за края палки.

1-4-палка вверх, вдох.

5-8-палка вниз, выдох.

Методические рекомендации: темп выполнения медленный, взгляд вперед (подбородок вперед), дыхание не задерживать, спина прямая.

### ***Приложение №2.***

Подвижная игра «Бочче»

В игре могут принимать участие от двух человек и более. На каждого игрока команд полагается по одному шару одного цвета. Каждая команда играет только одним цветом шаров.

Суть игры заключается в следующем: жребий определяет игрока, бросающего стартовый шар (маленький, белый). Следующим броском игрок стремится разместить свой шар как можно ближе к стартовому. Следующий игрок бросает свой шар с таким расчетом, чтобы его шар оказался ближе к стартовому. При этом разрешается выбивать шары противника на дальние позиции. При игре командами сначала бросает игрок команды вытянувший жребий, потом игрок следующей команды и так до тех пор, пока все игроки во всех командах не сделают свой бросок. После чего игроки определяют чьи шары располагаются наиболее близко к стартовому. Побеждает та команда, шар которой более близок к стартовому. Команда-победитель получает 5 очков. По результатам всех партий определяется победитель турнира.

### ***Приложение №3***

Упражнение на восстановление дыхания.

От сердца к сердцу лучи направляем, (из и.п.- стойка ноги врозь, руки перед грудью.)

Добра и здоровья всем желаем. (правую руку вправо, левую руку влево)

Здоровья – небу, здоровья – земле, (руки вверх, полунаклон вперед)

Здоровья – близким, здоровья – себе! (руки в стороны, руки к груди).