

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА УРОКА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ 7 КЛАССА НА ТЕМУ «ВЕДЕНИЕ МЯЧА С ИЗМЕНЕНИЕМ НАПРАВЛЕНИЯ И ВЫСОТЫ ОТСКОКА»

Игнатова О.А.

МБОУ «Ыбская СОШ», e-mail: olka-ignatova@mail.ru

Дата проведения: 06.12.2017.**Раздел программы:** спортивные игры – баскетбол.**Тема урока:** ведение мяча с изменением направления и высоты отскока.**Цель урока:** научиться выполнять ведение мяча с изменением направления и высоты отскока.**Задачи урока:***предметные:*

- Способствовать обучению техники ведения мяча с изменением направления и высоты отскока.

метапредметные:

- Развивать умение контролировать и давать оценку своим действиям.

- Способствовать формированию умения общаться со сверстниками в игровой деятельности.

личностные:

- Воспитывать нравственные, интеллектуальные, волевые качества.

- Способствовать формированию правильной осанки.

- Воспитывать дисциплинированность, самостоятельность, силу воли, дружелюбие.

Тип урока: образовательно-обучающей направленности.**Условия проведения:** спортивный зал МБОУ «Ыбская СОШ».**Учитель:** Игнатова О.А., учитель физической культуры.**Материально-техническое обеспечение:** баскетбольные мячи, свисток.**1. Вводно-подготовительная часть.****Цель:** обеспечить психологическую и морфофункциональную готовность учащихся к решению задач основной части урока и достижению её целевой установки.**1.1. Организационный момент – 5 минут****Задачи:**

1. Начальная организация обучающихся.
2. Повторение пройденного материала
3. Создание целевой установки на уроке.
4. Обеспечение внимания, дисциплины, собранности.
5. Регулирование эмоционального состояния, создание благоприятных психических и эмоциональных условий взаимодействия учителя и учащихся.
6. Психологическая настройка на предстоящую работу.

Деятельность учителя	Деятельность учащихся	Дозировка	УУД
Организует построение, проверяет готовность учащихся к уроку (соответствующая форма одежды)	Строятся в одну шеренгу, выполняют строевые команды дежурного: «Становись» «Равняйся» «Смирно» «По порядку – расчитайся» Дежурный класса сдает рапорт о готовности класса к уроку.	2 мин	Регулятивные УУД: умение осуществлять самоконтроль по организации рабочего места умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения; умение выполнять строевые команды, контролировать свои действия согласно инструкции.

<p>Повторение пройденного материала. Какую спортивную игру мы с вами изучаем? (баскетбол) Расскажите основные правила поведения на уроках по баскетболу: (играть разрешается только на чистой и сухой площадке с нескользким покрытием; •выполнять требования и указания учителя следует беспрекословно; недопустимо умышленно бросать или отбивать мяч в игрока; •при приёме мяча не следует выставлять вперёд выпрямленные пальцы рук; •нельзя хватать, удерживать, тянуть, ударять, обхватывать, толкать и отталкиваться от игрока команды соперников, отбирать у него мяч вдвоём, втроём и т. д., а также сзади) Какие виды защитных стоек в баскетболе вы знаете? (стойка с параллельной постановкой стоп (параллельная); стойка с выставленной вперёд ногой и закрытая стойка) Объясните стойку защитника с параллельной постановкой стоп. (Расположение ног ступнями на одной линии чуть шире плеч с разворотом носками наружу и выставление в стороны-вниз незначительно согнутых в локтях рук. Масса тела равномерно распределена на обе согнутые ноги. Туловище слегка подано вперед. Положение головы и спины выпрямленное) Угадайте, о какой технике владения мячом идет речь?- это способ перемещения баскетбольного мяча по площадке после передачи. Следовательно, тема сегодняшнего урока, какая? (ведение мяча) Мы сегодня с вами будем изучать не простое ведение, а ведение с изменением направления и высоты отскока. Исходя из темы, какую цель вы себе поставите? (Научиться правильно выполнять технику ведения мяча) Какие же вы поставите себе задачи, чтобы эту цель достичь? (Слушать учителя, выполнить разминку, упражнения)</p>	<p>Внимательно слушают, рассуждают, отвечают на вопросы учителя.</p> <p>Один из учеников показывает защитную стойку, остальные ученики анализируют и исправляют ошибки, если они есть</p> <p>Ведение мяча</p> <p>Формулируют тему урока</p> <p>Определяют цель и ставят задачи</p>	<p>3 мин</p>	<p>Коммуникативные УУД: умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение Познавательные УУД: Умения анализировать, определять понятия</p> <p>Регулятивные УУД: умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, находить собственные возможности её решения</p> <p>Регулятивные УУД: Умение самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать задачи</p>
---	--	--------------	--

1.2. Разминка -7 минут

Цель: обеспечение мотивации и принятие учащимися цели учебно-познавательной деятельности, актуализация опорных знаний и умений.

Задачи:

1. Всесторонняя подготовка организма учащихся (центральной нервной, сердечно-сосудистой систем, вегетативных функций, опорно-двигательного аппарата).
2. Подготовка группы мышц плечевого пояса, которые будут участвовать в решении двигательных задач основной части урока.
3. Обеспечение решения специфических задач основной части урока:
 - способствовать развитию физических качеств: быстроты, выносливости, ловкости;
 - формирование установки учащихся на активную познавательную деятельность.

Средства:

- строевые упражнения (построения, перестроения, повороты).
- различного рода передвижения.
- Специальные беговые и прыжковые упражнения.
- Подготовительные упражнения.
- Упражнения на развитие подвижности суставов, быстроты, выносливости и скоростно-силовых качеств.
- Общеразвивающие упражнения в движении.

Критерии результатов: готовность учащихся к активной учебно-познавательной деятельности на основе опорных знаний.

Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	Дозировка	УУД
<p><i>Ребята, скажите мне, пожалуйста, какую цель поставим в разминочной части урока? Какие задачи поставим для выполнения этой цели?</i></p> <p>Разновидности перемещений: 1. Ходьба: 1) с разминанием: - плечевого сустава - локтевого сустава - лучезапястного сустава 2) на носках, руки вверх 3) на пятках, руки за спину 4) на внешней стороне стопы, руки в стороны</p>	<p>Согреть организм</p> <p>Выполнять различные передвижения и ОРУ</p> <p>Соблюдают правила передвижения; Выполняют вращательные движения с большей амплитудой</p> <p>Руки прямые, ладони вовнутрь</p> <p>Спина прямая, ноги в коленях не сгибают</p> <p>Соблюдают дистанцию 1,5-2 м</p> <p>Следят за осанкой</p>	<p>1 мин</p> <p>20"</p> <p>20"</p> <p>20"</p> <p>20"</p> <p>20"</p> <p>20"</p> <p>20"</p> <p>20"</p>	<p><i>Регулятивные УУД:</i> умение ставить цель деятельности на основе определенной работы и существующих возможностей. <i>Познавательные УУД:</i> умение представлять физическую культуру как средство укрепления и сохранения здоровья, физического развития и физической подготовки человека; <i>Регулятивные УУД:</i> умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками. <i>Коммуникативные УУД:</i> Следят за правильностью выполнения упражнений</p>

<p>5) на внутренней стороне стопы, руки в стороны 6) пережат с пятки на носок</p> <p><i>Учитель дает задание направляющему, провести бег с изменением направления движений (не менее 7 видов смены направления)</i></p> <p>4. Ходьба с восстановлением дыхания</p> <p>5. Перестроение в две колонны</p> <p><i>Учителя дает команду: колонна слева направо, колонна справа налево!</i></p>	<p>Четко ставят ногу на пятку и на носок Направляющий подает команды строю выполнять бег с различным изменением направления движения. Следит за строем, чтоб никто не отставал и не выходил из него. Выполняют руки вверх через стороны-вдох, вниз-выдох Дети перестраиваются в 2 колонны. По команде учителя поворачиваются 2 колонны, далее друг другу лицом.</p>	<p>2'</p> <p>1'</p>	<p><i>Регулятивные УУД:</i> Умение находить достаточные средства для выполнения учебных действий в изменяющейся ситуации. <i>Коммуникативные УУД:</i> Умение играть определенную роль в совместной деятельности</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> умение выполнять строевые команды, контролировать свои действия согласно инструкции.</p>
<p>2. Основная часть – 25 минут</p>			
<p>Цель: обеспечение активной учебной работы учащихся для получения теоретических и практических знаний на основе учебной программы «Физическая культура 5-9 классы» в процессе урока.</p>			
<p>Задачи:</p>			
<p>1. Способствовать обучению техники ведения мяча с изменением направления и высоты отскока</p>			
<p>2. Способствовать воспитанию трудолюбия, чувства товарищества, коллективизма, внимательности.</p>			
<p>3. Развивать физические качества: быстроту, ловкость и координационные способности.</p>			
<p>Какие физические качества вы знаете? (быстрота, сила, выносливость, гибкость, ловкость)</p> <p>А какое физическое качество развивается при работе с мячом? (ловкость)</p> <p>Напомните мне, пожалуйста, тему урока? (Обучение ведению мяча с изменением направления и высоты отскока)</p> <p>Ведение – это способ перемещения баскетбольного мяча по площадке после передачи.</p> <p><i>Проблемная ситуация. Учитель просит кого-то из учеников показать правильное ведение мяча</i></p> <p>Обучение ведению мяча.</p>	<p>Рассуждают, отвечают на вопросы учителя</p> <p>Озвучивают тему урока</p> <p>Один из учеников показывает ведение мяча как умеет. Остальные анализируют, исправляют ошибки на свое усмотрение</p> <p>Слушают и смотрят правильный показ ведения мяча, анализируют свои ранее сказанные ответы</p>	<p>1 мин.</p> <p>1 мин.</p>	<p><i>Познавательные УУД:</i> Умение осознано и произвольно осуществлять высказывание в устной форме <i>Коммуникативные УУД:</i> умение слушать и понимать других.</p> <p><i>Коммуникативные УУД:</i> Умение участвовать в коллективном обсуждении проблем</p>
<p>1. Объяснение и показ.</p> <p>При ведении баскетболист передвигается на слегка согнутых ногах, туловище несколько наклонено вперед, рука, ведущая мяч, согнута в локте (предплечье параллельно площадке), кисть со свободно расставленными пальцами встречает отскакивающий мяч и накладывается на мяч сверху «от себя».</p> <p>Толчки мяча выполняют равномерно, согласованно со скоростью продвижения и несколько сбоку от игрока.</p>	<p>Ученики выполняют упражнения с воображаемым мячом, акцентируя внимание на правильное выполнение стойки</p> <p>Ученики следуют указаниям учителя, стараются толкать мяч пальцами</p>	<p>1 мин</p> <p>1 мин</p>	<p><i>Регулятивные УУД:</i> умение наблюдать и анализировать собственную учебную и познавательную деятельность и деятельность других обучающихся в процессе взаимопроверки; умение технически правильно выполнять двигательные действия.</p> <p><i>Коммуникативные УУД:</i> Умение увидеть ошибки других учащихся и подсказать пути их исправления</p>
<p>2. Выполнение упражнений.</p> <p>1) Имитационные упражнения без мяча на месте: – имитация ведения мяча на месте (правой, левой рукой)</p> <p>2) Упражнения с мячом на месте: – ведение правой, а затем левой рукой Толкать мяч пальцами, давить на него упругой кистью с разведенными пальцами: не ударять и не шлепать по мячу; ладонью мяча не касаться</p>			

<p>3) Ходьба с ведением по прямой до партнера и обратно (правой и левой рукой) Преждевременно не отрывать опорную ногу в начале ведения, опережающее выпуск мяча</p> <p>4) Бег с ведением по прямой до партнера и обратно (правой и левой рукой) <i>Проблемная ситуация.</i> Какие виды ведения бывают? (высокое ведение – ведение с высоким отскоком и низкое ведение – с низким отскоком) Как вы думаете, чем отличается высокое ведение от низкого (при высоком ведении мяч после каждого выталкивания поднимается до уровня пояса, а при низком – до уровня колен или еще ниже (у самого пола))</p> <p>5) Ведение с высоким отскоком на месте</p>	<p>Выполняют ведение в ходьбе, обводя партнера</p> <p>Выполняют ведение в беге, контролируют мяч</p> <p>Ученики затрудняются ответить на вопрос</p>	<p>2 мин</p> <p>2 мин</p> <p>1 мин</p>	<p><i>Познавательные УУД:</i> Умение осознано и произвольно осуществлять высказывание в устной форме</p> <p><i>Коммуникативные УУД:</i> умение слушать и понимать других.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> умение добиваться точной высоты отскока при определенном виде ведения</p>
<p>6) Ведение с низким отскоком на месте</p>	<p>Выполняют ведение с высоким отскоком, контролируют чтоб мяч не опускался ниже колена</p> <p>Выполняют низкое ведение, контролируют, чтоб мяч не поднимался выше колена. Анализируют и оценивают друг друга, исправляют ошибки</p> <p>Акцентируют внимание на правильность выполнения высоты отскока на месте, в ходьбе и в беге.</p>	<p>2 мин</p> <p>2 мин</p> <p>2 мин</p>	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Умение находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнёрами во время учебной деятельности.</p>
<p>7) Ведение с чередованием высоты отскока на месте (2 раза-низким, 2 раза-высоким) – правой рукой – левой рукой</p> <p>8) Ходьба с чередованием высоты отскока</p> <p>9) Бег с чередованием высоты отскока на месте</p>	<p>Работают в парах, внимательно смотрят на своего партнера. Анализируют и оценивают друг друга, исправляют ошибки.</p>	<p>2 мин</p> <p>2 мин</p> <p>2 мин</p>	<p><i>Регулятивные УУД:</i> умение оценивать правильность выполнения действия; умение вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p>
<p>3. Оцените друга. Покажите низкое и высокое ведение. Если при низком ведении мяч будет отскакивать ниже колен, отметку можно ставить «5», если выше колен, то – «4». Если при высоком ведении мяч будет отскакивать выше колен отметка – «5», если ниже колен, то – «4»</p>	<p>Играют в подвижную игру соблюдая ее правила.</p>	<p>2 мин</p> <p>4 мин</p>	<p><i>Регулятивные УУД:</i> умение оценивать правильность выполнения действия; умение вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Умение извлекать необходимую информацию из рассказа учителя.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> умение принимать и сохранять учебную задачу в процессе участия в игре. Умение управлять своими эмоциями.</p> <p><i>Коммуникативные УУД:</i> умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, умение контролировать действия партнеров в группе</p>
<p align="center">3. Заключительная часть – 6 мин</p>			
<p>Цель: приведение организма в оптимальное для последующей деятельности функциональное состояние и создание установки на эту деятельность, постепенное снижение функциональной активности организма и приведение его в относительно спокойное состояние.</p> <p>Задачи:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Снижение физиологического возбуждения и излишнего напряжения отдельных групп мышц. 2. Постепенное приведение организма обучающихся в относительно спокойное состояние (снятие физической и физиологической напряженности). 3. Подведение итогов учебной деятельности, с оценкой учителя и самооценкой результатов деятельности обучающихся. 			

<p>4. Организованное завершение занятия. Средства:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Строевые упражнения. • Упражнения на расслабление мышц. • Игровые задания на внимание и на координацию. 			
Деятельность учителя	Деятельность обучающихся	Дозировка	УУД
<p>1. Организует построение учащихся. 2. Проводит упражнения на восстановление и расслабление организма. Игра «Кто лучше услышит»</p> <p><i>Закройте глаза, расслабьтесь и слушайте только голос водящего. Водящим будут подаваться команды различного происхождения: руки вверх, вниз, вперед, шаг влево, шаг левой, налево и т.д.</i></p>	<p>Строятся в одну шеренгу. Выполняют упражнения на восстановление дыхания: Дети становятся в одну шеренгу. Выполняют указания учителя и команды водящего</p>	<p>1 мин. 2 мин.</p>	<p><i>Регулятивные УУД:</i> Умение управлять своими эмоциями.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Уметь применять полученные знания в игровых ситуациях</p>
<p><i>В конце игры, ребята, откроете глаза и посмотрите, кто – где оказался. Я буду смотреть со стороны и выявлять самого внимательного.</i></p> <p>3. Рефлексия. <i>Вспомните тему нашего урока. Удалось ли нам достичь поставленных целей. Что удалось на уроке, что не удалось? У кого легко получались упражнения? Кому тяжело давались упражнения? Оцените свою работу на уроке.</i> Подведение итогов урока, оценивание работы класса в целом (над чем ещё необходимо работать).</p>	<p>Озвучивают тему урока. Делают вывод по проделанной работе. Определяют собственные ощущения при освоении учебной задачи на уроке. Ставят другу отметки, указывая ошибки, если они есть. Дают рекомендации по улучшению техники выполнения, если они уместны.</p>	<p>2 мин.</p>	<p><i>Регулятивные УУД:</i> адекватно осуществляют самооценку</p> <p><i>Коммуникативные:</i> умеют договариваться и приходить к общему решению.</p>
<p>4. Выдача домашнего задания. <i>На дом будет задание придумать по одному упражнению с баскетбольным мячом. Спасибо за урок! Урок закончен до свиданья!</i></p>	<p>Осознают необходимость домашнего задания</p> <p>Организованно покидают спортивный зал</p>	<p>1 мин.</p>	