

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА УРОКА

Учебный предмет: физическая культура.

Класс: 5 класс.

Тема урока: «Значение осанки в жизни человека»

Цель: Формирование навыков правильной осанки.

Задачи:

1. Образовательная: обучить учащихся правильным методам формирования и поддержания правильной осанки.
2. Воспитательная: провести беседу о важности правильной осанки для здоровья.
3. Оздоровительная: провести практические упражнения для укрепления мышц спины и формирования правильной осанки.

Место проведения: спортивный зал. _____

Дата проведения: _____

Тип урока: изучение нового материала.

Инвентарь и оборудование: волейбольные мячи, гимнастические палки, фишки, свисток, фитболы, коврики для фитнеса, мобильные телефоны, мешочки с песком, демонстрационный материал.

Учитель: Ярыш Юлия Викторовна

Этапы работы	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся						Общий вывод о учебном занятии в контексте реализации и системно-деятельностного подхода
		Познавательная		Коммуникативная		Регулятивная		
		Осуществляемые действия	Формы и приемы организации деятельности	Осуществляемые действия	Формы и приемы организации деятельности	Осуществляемые действия	Формы и приемы организации деятельности	
1. Мотивационный этап	1.Приветствует ребят. 2.Дает команду на выполнение строевых упражнений. 3.Акцентирует внимание ребят на экран, просит выдвинуть предположение о теме предстоящего урока.	Выдвигают предположения о теме урока. Слушают вопросы учителя.	Выделять существенную информацию из вопросов учителя.	Взаимодействуют с учителем во время опроса, осуществляемого во фронтальном режиме.	Слушать учителя, собеседника. Строить понятные для собеседника высказывания	Выполняют указания учителя, контролируют правильность ответов обучающихся.	Уметь слушать в соответствии с целевой установкой. Принимать и сохранять учебную цель и задачу.	Учебное занятие построено грамотно. В контексте реализации

	<p>4.Задаёт вопросы: «Как вы понимаете «Что такое «осанка?»», «Нужна ли человеку правильная осанка?»», «Можете ли вы сами формировать правильную осанку?»».</p> <p>5. Подводит итог беседы.</p> <p>6. Ставит цель урока «Формирование навыков правильной осанки».</p>	<p>Отвечают на вопросы учителя. Выявляют признаки правильной и неправильной осанки, приводят возможные причины её нарушений.</p>	<p>Выдвигать гипотезу и обосновывать её. Осуществлять актуализацию личного жизненного опыта.</p>	<p>Воспроизводя т ранее изученный материал и отвечают на вопросы в процессе учебного диалога.</p>			<p>Дополнять, уточнять высказанные мнения по существу полученного задания.</p>	<p>и системно-деятельного подхода.</p>
--	---	--	--	---	--	--	--	--

<p>2. Этап акту ализ ации знан ий</p>	<p>1.Организует работу по выполнению упражнений в шеренге (фронтально), стоя у стены, фиксируя положение тела четырьмя точками (голова, лопатки, ягодицы и пятки.) 2.Задаёт вопрос: Как стоят солдаты у вечногo огня? 3.Акцентирует внимание на положение тела «прямая спина», проводит подводящие упражнения. «Тише едешь – дальше будешь». 1-3 - два шага вперед, 4-5 - стойка на носках руки вверх; 6- о.с.; 7-8 – поворот кругом; 9-11 – два шага вперед; 12-13 – стойка на носках руки на пояс; 14 – о.с.; 15-16 – поворот кругом. 4.Подводит итог выполнения упражнений. 5.Дает команду на выполнение строевых команд в строю на месте и в движении. 6. Организует выполнение движения обучающихся по залу с мешочками на голове с выполнением упражнений. 7. При необходимости корректирует работу.</p>	<p>Обобщают знания, полученные в практической деятельности и составляют упражнения на профилактику нарушения осанки.</p>	<p>Анализируют действия выполняемого упражнения.</p>	<p>Весь класс во фронтальном режиме воспроизводит названия разучиваемых физических упражнений и их исходные положения.</p>	<p>Строить монологическое высказывание. Адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач.</p>	<p>Демонстрируют выполнение упражнений; Выполняют указания учителя.</p>	<p>Принимать и сохранять учебную цель и задачу. Выявлять отклонения от эталона. Осуществлять Взаимоконтроль.</p>	
---	--	--	--	--	--	---	--	--

	<p>8. Дает команды: «Стой!», «Налево!», «Равнение в шеренге!», «Разомкнись!».</p> <p>8. Проводит комплекс общеразвивающих упражнений в шеренге с мешочками на голове.</p>							
<p>3. Этап изучения нового знания</p>	<p>1. Организует деление класса на группы.</p> <p>2. «На 1,4 – рассчитайсь!»; (объединение в группы)</p> <p>3. Назначает старшего в каждой группе и дает им задание по работе с телефоном (использование QR -кода). Выполнение заданий по станциям:</p>	<p>Объединяют физические упражнения по их целевому предназначению: на профилактику нарушения осанки. Обобщают</p>	<p>Доказывать, аргументировать свою точку зрения.</p>	<p>Объясняют назначение упражнений. Исполняют роль капитана в группе и аргументированно высказывают суждения о</p>	<p>Понимать на слух ответы обучающихся. Уметь формулировать собственное мнение и позицию. Уметь использовать речь для</p>	<p>Выполняют учебные задания по обучению новым физическим упражнениям; Проявляют активность и самостоятельность при</p>	<p>Принимать и сохранять учебную цель и задачу. Обнаруживать отклонения от эталона. Осуществлять взаимоконтроль. Адекватно воспринимать</p>	

	<p>1) Гимнастические палки. 2) Упражнение на фитболе. 3) Упражнение «Лодочка». 4) Упражнение у шведской стенки. 5) Упражнение с волейбольным мячом у стены. 4. Регулирует работу групп, по мере необходимости помогает в выполнении задания. При необходимости корректирует результаты работы группы. 5. Оценивает работу групп (устно) по результатам и подбадривает обучающихся. 6. Дает команду на выполнение строевых упражнений: «Становись!», «Равняйся!», «Направо!», «Шагом марш!».</p>	<p>знания, полученные в практической деятельности.</p>		<p>своих действиях. Все остальные обучающиеся выслушивают старших в группе.</p>	<p>регуляции своего действия</p>	<p>выполнении учебных заданий, составляют упражнения на профилактику нарушения осанки.</p>	<p>оценку учителя.</p>	
<p>4. Этап самоконтроля</p>	<p>1. Организует игру «Путешествие в страну Индия» с фиксацией внимания обучающихся на материал презентации. 2. Организует обсуждение содержания, задает вопросы: «Почему я выбрала эту страну!», «Какие в Индии носят вещи на голове и как им удастся иметь прямую осанку?». 3. Организует выполнение подвижной игры с мешочками на голове,</p>	<p>Обучающиеся устанавливают связь между бытовыми движениями людей Индии и современным и физическими упражнениям и</p>	<p>Осуществляют анализ объектов с выделением последовательности развития сюжета.</p>	<p>Активно участвуют в обсуждении учебных заданий, анализе выполнения физических упражнений. Принимают активное участие в подвижных играх с соблюдением</p>	<p>Понимать на слух ответы обучающихся. Адекватно использовать речевые средства для решения коммуникативной задачи</p>	<p>Выполняют учебные задания по обучению новым физическим упражнениям и развитию физических качеств. Активно взаимодействуют и проявляют уважительное</p>	<p>Принимать и сохранять учебную цель и задачу. Обнаруживать отклонения от эталона. Осуществлять взаимоконтроль. Адекватно воспринимать оценку учителя.</p>	

	акцентируя внимание на прямую спину.			правил и норм этического поведения;		отношение к участникам совместной игровой деятельности.		
5. Этап рефлексии и учебной деятельности	1. Организует построение обучающихся в шеренге. 2. Просит вспомнить тему и цель урока. 3. Проводит игру «Выбери вопрос». 4. Организует обсуждение обобщающего вывода о проведенном занятии.	Обобщать знания, полученные в практической деятельности, составлять индивидуальные комплексы упражнений на профилактику нарушения осанки.	Осознанно и произвольно строить речевое высказывание в устной форме Уметь осуществлять анализ и структурировать знания.	Участвуют в обсуждении занятия во фронтальном режиме. Взаимодействуют с учителем и учащимися, воспроизводят ранее изученный материал и отвечать на вопросы в процессе учебного диалога.	Понимать на слух ответы обучающихся. Уметь формулировать собственное мнение и позицию. Уметь использовать речь для регуляции своего действия	Оценивают свои успехи в занятиях физической культурой.	Осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату.	