

Ильина Уйгулана Ивановна-учитель  
МБОУ Хоринская СОШ им. Г.Н. Чиряева  
Хоро/Верхневилуйский;  
Урок по физической культуре  
Акробатика. Кувырок вперед, назад.

### Технологическая карта урока

|                                    |                                                                                                    |
|------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Учебный предмет</b>             | Физическая культура                                                                                |
| <b>Класс</b>                       | 4                                                                                                  |
| <b>Тип урока</b>                   | Комплексный                                                                                        |
| <b>Технология построения урока</b> | Фронтальная и поточная. Индивидуальная                                                             |
| <b>Тема урока</b>                  | Акробатика. Кувырок вперед, назад.                                                                 |
| <b>Цель урока</b>                  | Развитие физических качеств путем применения серий учебных заданий. Мотивация учебной деятельности |
| <b>Основные термины, понятия</b>   | Группировка, пережат, кувырок вперед, назад                                                        |
| <b>Проблемный вопрос</b>           | Как умение выполнять кувырки и пережаты может пригодиться в жизни.                                 |
| <b>Учебная задача</b>              | Выявить безопасный и эффективный способ выполнения кувырка.                                        |

### Планируемые результаты урока

|                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Предметные:</b>     | <p><i>научатся:</i> в доступной форме объяснять технику выполнения кувырков, анализировать и находить ошибки; координировать и контролировать действия.</p> <p><i>получат возможность научиться:</i> оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении упражнений.</p>                                                                                                       |
| <b>Метапредметные:</b> | <p><i>познавательные</i> – овладеют способностью оценивать свои результаты, указывать на свои ошибки и ошибки одноклассников, формирование представления о технике выполнения кувырка вперед, назад;</p>                                                                                                                                                                                               |
| <b>Личностные:</b>     | <p><i>коммуникативные</i> – выражают готовность слушать собеседника и вести диалог, адекватно оценивают собственное поведение и поведение окружающих.</p> <p><i>регулятивные</i> – умение технически правильно выполнять двигательные действия (кувырок вперед, назад).</p> <p>Самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни, формирование навыка</p> |

|  |                                                                                                                                                         |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p>работать в группе, развивать внимание; умения соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время выполнения кувырка вперед, назад</p> |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

| <i>Организация пространства</i>        |                                                                                                                                                                                                                                 |
|----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Формы работы                           | Ресурсы                                                                                                                                                                                                                         |
| Фронтальная, поточная, индивидуальная. | <p><b>Книгопечатная продукция:</b> Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников М.Я. Виленского, В.И. Лях 5-9 классы. - М.:Просвещение,2012г.-104с.</p> <p><b>Технические средства обучения:</b> маты</p> |

| Этапы урока                      | Деятельность учителя                                                                                                                                                     | Деятельность обучающихся               | Универсальные учебные действия                                                                                                                                                      |
|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>I. Организационный момент</b> | <p>Проверяет готовность обучающихся к уроку, озвучивает тему и цель урока; создает эмоциональный настрой.</p> <p>Построение; приветствие. Настроить детей на работу.</p> | <p>Слушают и обсуждают тему урока.</p> | <p><b>Личностные:</b> формирование потребности в занятиях физической культурой, самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни.</p> |

|                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>II. Актуализация знаний</b></p> | <p><u>Вопрос.</u> Ребята, какие элементы акробатических упражнений Вы знаете?<br/>         -Молодцы ребята.<br/>         - Сегодня мы будем с вами изучать кувырки вперед, назад.<br/> <u>Беседа по теме:</u> «Что такое координация». Объясняет, что такое координация и какое значение она имеет для физической подготовки человека. Предлагает творчески подходить к выполнению акробатических упражнений.<br/>         * класс «Равняйся!», «Смирно!», «По порядку номеров рассчитайся!»<br/>         * выполнение строевых упражнений (<i>повороты налево, направо, кругом на месте</i>)<br/> <u>Повторение правила Т/Б на уроках гимнастики</u><br/>         * направо, ходьба по залу с дистанцией 2 шага на носках (<i>руки на пояс, спина прямая</i>).<br/>         * на пятках (<i>руки за головой, спина прямая</i>)<br/>         * бег в равномерном темпе<br/> <u>Выполнение команд.</u></p> <p>Построение и перестроение. Даёт команды: «На первый – второй рассчитайся!», «Первые – один шаг, вторые – четыре шага вперед шагом марш!», «На руки в стороны разомкнись!».</p> <p>* Комплекс ОРУ</p> | <p>Слушают наводящие вопросы учителя, выполняют задания учителя.</p> <p>Настрой на урок.<br/>         Самооценка готовности к уроку.</p> <p>Выполняют упражнения.</p> <p>Во время движения по кругу выполняют дыхательные упражнения.</p> | <p><b>Познавательные:</b><br/> <i>общеучебные</i>– извлекают необходимую информацию из рассказа учителя, из собственного опыта;<br/> <i>логические</i> – осуществляют поиск необходимой информации.</p> <p><b>Личностные:</b> воспитание дисциплинированности..</p> <p><b>Регулятивные:</b> развитие внимания, умеют оценивать правильность выполнения действия; вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> |
|---------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>III. Применение теоретических положений в условиях выполнения упражнений и решение задач</b></p> | <p><u>Вопрос учителя.</u> Где в жизни может пригодиться умение правильно совершать кувырок?</p> <p>Показ учителем техники правильного выполнения упражнения и показ более подготовленным учеником <u>кувырка вперед, назад.</u></p> <p><u>Вопрос учителя.</u> На какие элементы можно разбить кувырок вперед (назад)</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <p>Слушают, делают предположения.</p> <p>Образно воспринимают двигательное действие, <u>выделяя более сложные элементы техники выполнения упражнения.</u></p>                                                                                                                                                                        | <p><b><i>Познавательные:</i></b></p> <p><i>общеучебные</i>– извлекают необходимую информацию из рассказа учителя, из собственного опыта;</p> <p><i>логические</i> – осуществляют поиск необходимой информации.</p> <p><b><i>Коммуникативные</i></b></p> <p>Умение участвовать в диалоге по заданному вопросу</p> |
| <p><b>IV. Изучение нового материала.</b></p>                                                           | <p>Формулирует задание, осуществляет контроль.</p> <p>Даёт команду построиться возле матов.</p> <p><u>Проводит подготовительные упражнения:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. группировка из положения упор присев,</li> <li>2. перекаты в группировке,</li> <li>3. перекат в группировке с опорой рук.</li> </ol> <p><i>(Повторить 4–6 раз.)</i></p> <p>Обратить внимание на положение головы.</p> <p>Выполнение элемента со страховкой.</p> <p>Объясняет технику выполнения.</p> <p>Формулирует задание, обеспечивает мотивацию выполнения, осуществляет индивидуальный контроль.</p> <p>Кувырок вперед, назад</p> <p>Выполнение элемента со страховкой.</p> | <p>Выбирать более эффективные (безопасные) способы решения задачи.</p> <p>Определять контрольные точки для самооценки</p> <p>Определяют критерии для оценки кувырка</p> <p>Прогнозировать свою деятельность.</p> <p>Слушают, выполняют упражнение</p> <p>Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.</p> | <p><b><i>Регулятивные:</i></b> адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ учителем кувырка вперед, назад</p>                                                                                                                                   |

|                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>V. Самостоятельное творческое использование сформированных УУД.</b></p> | <p>Помогает учащимся корректировать и исправлять ошибки. Контролирует технику безопасности, страховку, самостраховку.</p> <p><u>Из и.п. – упор присев</u><br/> 1 – группировка<br/> 2 – пережат в группировке.</p> <p><u>И.п – группировка сидя – пережатом назад – вперед в упор присев.</u><br/> <u>И.п. – упор присев</u><br/> 1 – пережатом вперед, назад.<br/> 2 – и.п.</p> <p>Ориентировать учащихся на согласованность действий при выполнении кувырков.</p> | <p>Выполняют учебные действия, используя речь для регуляции своей деятельности.</p> <p>Слушают, выполняют упражнение</p>                                                                          | <p><b>Познавательные:</b> восстановить навык в выполнении плотной группировки. Закрепление техники выполнения кувырков вперед, назад.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия партнера при страховке</p> |
| <p><b>VI. Первичное осмысление и закрепление</b></p>                          | <p>Проводит круговую тренировку. Поясняет задание, контролирует его выполнение.</p> <p>Дает задание сравнить технику выполнения кувырка различными учащимися.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <p>Выполняют упражнения.</p> <p>По выявленным в начале занятия критериям проводят оценку выполнения упражнения</p> <p>Выбирают наиболее эффективный и безопасный способ выполнения упражнения</p> | <p><b>Регулятивные:</b>, принимают инструкцию педагога и четко ей следуют; осуществляют итоговый и пошаговый контроль.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия партнера</p>                              |

|                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>VII. Рефлексия.</b><br/><b>Итоги урока.</b></p> | <p>Игра на координацию «Гусеница»</p> <p>Построение в одну шеренгу и подведение итогов урока.</p> <p>- молодцы! Вы сегодня показали, что действительно очень подготовленный класс.</p> <p>На уроке была хорошая дисциплина.</p> <p>Обобщить полученные на уроке сведения.</p> <p>Проводит беседу по в о п р о с а м :</p> <p>- Чему новому Вы сегодня научились?</p> <p>– Какие упражнения для развития гибкости вы знаете?</p> <p>Похвалить всех детей, выделить особо отличившихся.</p> <p>Домашнее задание</p> | <p>Выполняют игру.</p> <p>Оценить процесс и результаты своей деятельности</p> <p>Отвечают на вопросы.</p> <p>Определяют свое эмоциональное состояние на уроке.</p> <p>Осуществлять контроль и самоконтроль.</p> | <p><b>Коммуникативные:</b> умеют договариваться и приходить к общему решению.</p> <p><b>Регулятивные:</b> адекватно воспринимают оценку учителя, прогнозируют результаты уровня усвоения изучаемого материала.</p> <p><b>Личностные:</b> анализ собственной деятельности на уроке</p> |
|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|