**Технологическая карта урока физической культуры в 7 классе**

**Программа « Физическая культура» А.П. Матвеев , 2012 год**

1.**Тема** Знакомство с прикладными физическими упражнениями: туризм. (Сюжетно – ролевая игра)

2.**Цель урока** : Раскрыть роль и значение занятий прикладными упражнениями для жизнедеятельности человека

3.**Показатели результативности**: увеличение количества учащихся, принявших активное участие в туристическом походе в рамках сдачи норм комплекса ГТО.

4.**Задачи:**

1. Познакомить учащихся с прикладными упражнениями для подготовки к походу в рамках сдачи норм ГТО. Научить преодолевать вертикальные и горизонтальные препятствия.
2. Развивать физические качества: силу, выносливость, координацию
3. Способствовать воспитанию чувства товарищества и взаимопомощи.

4. Формировать потребность к самостоятельным занятиям физической культурой во внеучебное время .

5. Познакомить с ВФСК ГТО.

**5.** **Урок с образовательно – тренировочной направленностью**

6. **Вид урока** – урок ОФП

**7**. **Межпредметная связь**: история, география

**8. Продолжительность:** 25 мин.

**9. Место проведения:** спортивный зал .

1**0. Инвентарь:** Гимнастическая скамейка, гимнастический конь , маты 5 штук, 2 стойки с натянутой верёвкой на высоте 30 – 40см, гимнастическая стенка из 4 секций, обручи 5 шт. .

**11. Проблема:** «В походе один за всех и все за одного».

**12. Дата проведения:**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Этап урока | Частная задача  этапа | Планируемые результаты | | Средства, методы образования и  воспитания, формы организации  учебной деятельности, методы и  формы контроля | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся |
| Предметные | УДД |
| 1 | Организация подготовки учащихся к уроку | Настроить учащихся к деятельности на уроке | Наличие спортивной формы, готовность помещения и построение учащихся | Строить продуктивное взаимодействие между учащимися и педагогом ( коммуникативные) | Метод обучения словестный ( распоряжения, команды)  Форма организации - фронтальная | Приветствует учащихся, проверяет готовность к уроку | Выполняют команды учителя |
| 2 | Постановка цели урока и обеспечение её восприятия | Мотивировать учащихся к деятельности  Проблема «В походе один за всех и все за одного».  Создать проблемную ситуацию: « Туризм - один из видов активного отдыха, распространён в большинстве стран мира. Существуют многочисленные виды и формы туризма. Легко ли в походе « одиночкам»?  Предлагает провести эксперимент, состоящий из двух контрольных тестов –сюжетно-ролевой игры и разгадывания кроссворда | Организованная активность учащихся, ответы на вопросы, участие в обсуждении проблемы | Осознание смысла предстоящей деятельности ( познав.)  Умение уча- ствовать в диалоге по заданной теме ( коммуникат.) | Метод обучения словестный ( беседа)  Проблемный ( частично – поисковый)  Форма организации - фронтальная | Создаёт проблемную ситуацию. Задаёт проблемные вопросы. Предлагает провести эксперимент. | Активное участие в диалоге |
| 3 | Психофизиологическая подготовка учащихся к усвоению содержания урока и активная познавательно- рекреационно-двигательная деятельность занимающихся | Подготовить организм к выполнению двигательных действий, направленных на развитие координационных способностей, активизация психологических процессов. | Соответствие ОРУ задачам основной части урока, логическая связь ОРУ, подготовительных и специальных упражнений, оценивание эффективности выполнения разминки по внешним показателям | Умение воспринимать объяснения педагога ( коммуникативные)  Умение проводить подготовку организма для эффективной работы в основной части урока ( познавател.) | Средства обучения-упражнение (ОРУ в движении )  Методы обучения – словесные ( распоряжения, команды, коментарии, замечания:  1.выполнять движение в спокойном темпе, не достигая порога болевых ощущений;  2. Старайтесь концентрировать внимание на растягиваемых и расслабляемых участках; 3. Старайтесь получить удовольствие от движений)  Наглядные ( демонстрация)  Метод обучения ( целостный)  Метод воспитания ( поощрение)  Форма организации – фронтальная  Метод контроля техники двигательных действий ( наблюдение) | Проводит ОРУ в движении по кругу | Выполняют ОРУ , команды. распоряжения |
| 4 | Обучение двигательным действиям ( развитие двигательных качеств сила, выносливость, координация | Обеспечить правильное выполнение упражнений на станциях с соблюдение их ритмических характеристик.  Соблюдение техники безопасности | Технически правильное и свободное выполнение двигательного действия в целом с соблюдение соответствующих временных, динамических, пространственных характеристик.  Устранение типичных ошибок.  Взаимоанализ учителя, учащихся.  Взаимообсуждение | Соотнесение известного и неизвестного, оценка соответственных действий и взаимооценка ( регулятивные)  Продуктивное взаимодействие между учащимися и педагогом ( коммуникативные) | Средства обучения-упражнение(упражнения лазание-перелазание).  Методы обучения – словесные (объяснение, инструктирование, распоряжения, команды, коментарии, замечания)  Наглядные ( демонстрация)  Метод обучения ( целостно-конструктивный)  Метод воспитания традиционно –принятые ( упражнение, убеждение. пример,поощрение)  Самоанализ  Алгоритмизация  Метод контроля ( наблюдение, практическое выполнение)  Способы оценивания ( контрольное время выполнения задания)  Форма организации контроля – фронтальная  Метод контроля техники двигательных действий ( наблюдение | Показывает, даёт распоряжения, команды, делает замечания.  Сообщает о начале соревнований между командами.  Даёт задание каждой команде | Выполняют команды. Распоряжения, само- и взаимооценка |
| 5 | Оценка и анализ результатов учебной деятельности занимающихся | Анализ двигательных действий и устранение типичных ошибок, допускаемых учащимися при выполнении заданий на станциях | Организация оценивания учитем, само-и взаимооценивание  Умение проанализировать результаты учебной деятельности. | Оценка собственных действий , способность к волевому усилию (регулятивные).  Познавательный анализ ( познават.).  Уметь обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, умение логически грамотно излогать , аргументировать и обосновать собственную точку зрения ( коммуникативные) | Средства – упражнение ( контрольное упражнение : прыжок в длину с места)  Методы воспитания – поощрение  Рефлексивные – индивидуальные переживания, самоанализ.  Формы организации – фронтальная  Метод контроля знаний  Метод опроса ( устный)  Форма организации контроля - фронтальная | Учитель предлагает оценить уровень своих достижений | Анализировать, оценивать свою деятельность |
| 6 | Снижение физической нагрузки учащихся | Снизить активность учащихся. Привести ЧСС в норму | Выполнение игры « Маскировка в колоннах  Упражнения на развитие координационных способностей ( Приложение № 1) | Владение знаниями об особенностях функциональных возмозностей организма  ( познавательные) | Средства –подвижная игра (упражнения на развитие координационных способностей Приложение № 1),  Метод воспитания – упражнение, поощрение  Форма организации – фронтальная  Форма контроля – фронтальная  Метод контроля - наблюдение | Даёт распоряжения , команды, организует игровую деятельность учащихся | Выполняют распоряжения, команды |
| 7 | Подведение итогов урока. Задание на дом | Выставление оценки самими учащимися за урок  Решение проблемы.  Рефлексия. | Организация обсуждения в целом  Рефлексия  Соответствие оценки достигнутому командному результату | Формирования положительного отношения к занятиям ( личностные)  Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи ( регулятивные)  Самостоятельно выполнять и закреплять полученные навыки физкультурно – оздоровительной деятельности ( познават.) | Метод обучения –словестный ( разбор, коментарии, замечания).  Форма организации - фронтальная. | Выставляет оценки.  Даёт домашнее задание : « Организация бивуака в походе» | Слушают и запоминают задание на дом |
| 8 | Организованное завершение урока | Своевременное завершение урока | Настроение учащихся (рефлексия) | Адекватно оценить собственное поведение и поведение окружающих ( коммуникативнос | Форма организации - фронтальная | Даёт распоряжения , команды | Выполняют распоряжения, команды |