**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 задачаэтапа | Планируемые результаты | Средства, методы образования ивоспитания, формы организацииучебной деятельности, методы иформы 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 – фронтальнаяМетод 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)СамоанализАлгоритмизацияМетод контроля ( наблюдение, практическое выполнение)Способы оценивания ( контрольное время выполнения задания)Форма организации контроля – фронтальнаяМетод 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 – поощрениеРефлексивные – индивидуальные переживания, самоанализ.Формы организации – фронтальнаяМетод контроля знанийМетод 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, поощрениеФорма организации – фронтальнаяФорма контроля – фронтальнаяМетод контроля - наблюдение | Даёт распоряжения , команды, организует игровую деятельность учащихся | Выполняют распоряжения, команды |
| 7 | Подведение итогов урока. Задание на дом | Выставление оценки самими учащимися за урокРешение проблемы.Рефлексия. | Организация обсуждения в целомРефлексия 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 |