Муниципальное образовательное учреждение

« Средняя общеобразовательная школа №1 им. С.Ф. Романова», г Жуков

Жуковского района Калужской области

**«Технологическая карта современного урока по физической культуре»**

Учитель физической культуры

**Рыбанова Елена Геннадьевна**

:.  . г.Жуков- 2016 г

Технологическая карта учебного занятия в 7 классе

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Предмет | Физическая культура, 7 класс | | | |
| Учитель физического воспитания | Рыбанова Елена Геннадьевна | | | |
| Тема урока  № урока по теме | Волейбол. Обучение и совершенствование техники игры в волейбол. Ознакомление с правилами игры, жестами судьи  № 4 | | | |
| Цели урока | Образовательные, развивающие, воспитательные, методические. | | | |
| Задачи урока | образовательные | развивающие | воспитательные | методические |
| Обучить передаче мяча сверху двумя руками. Совершенствовать нижнюю прямую подачу. Повторить правила проведения соревнований по волейболу, жесты судьи. | Способствовать развитию основных физических качеств – быстроты, ловкости, гибкости, силы, скоростно-силовых способностей. | Воспитывать смелость, трудолюбие, дисциплинированность, умение четко и организованно работать в команде. Формирование стойкого интереса к занятиям физическими упражнениями. | трансляция педагогического опыта. |
| Методическое обеспечение | Музыкальный центр, пульсометры | | | |
| Образовательные ресурсы | - комплексы общеразвивающих упражнений (13 комплексов); утренняя гигиеническая гимнастика (20 комплексов); упражнения для укрепления отдельных групп мышц (5 комплексов);  - домашнее задание по предмету «Физическая культура» - истории Олимпийского движения; вопросы по теории и методике физического воспитания, ответы на них. | | | |

\* ФОУД – форма организации учебной деятельности обучающихся

(Ф – фронтальная, И – индивидуальная, П – парная, Г – групповая, К – командная).

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Части**  **урока** | **Этапы урока** | **Время**  **мин** | **Цель** | **Содержание учебного материала** | **Методы  и приемы работы** | **ФОУД** | **Деятельность учителя** | **Деятельность обучающихся** |
| П  о  д  г  о  т  о  в  и  т  е  л  ь  н  а  я  часть  11 мин | Организа -ционный | 2 | Проверка готовности спортзала и обучающихся, их настроя на работу  Определить ЧСС, самочувствие учащихся, величину физической нагрузки | Работа с таблицей зон ЧСС | Метод пульсо-метрии  Метод опроса. | Ф  И | До начала урока проверяет готовность спортзала на безопасное проведение занятий, проверка инвентаря, технического оборудования. Приветствует обучающихся, проверяет их готовность к уроку.  Объявляет тему и задачи урока По результатам ЧСС определение индивидуальной физической  нагрузки для учащихся | Построение.  Физорг сдает рапорт преподавателю.  Учащиеся проверяют свой пульс и сообщают преподавателю.  Если необходимо, то подготовка пульсометра |
| Разминка | 7 | Повышение общей работоспособности организма.  Разминка учащихся, подготовка к основной части | Повороты, разновидности ходьбы, беговые упражнения, перестроения, О.Р.У. | Наблюдение  Словесный  Наглядный Соревнова-  тельный | Ф  Ф | Контроль за самочувствием учащихся: дыхание, потоотделение, мимика лица, цвет кожных покровов, координация.  Проверяет правильность выполнения упражнений | Выполнение физических упражнений,  Физорг или по желанию уч-ся проводит комплекс О.Р.У. |
| Повторение  Подготовка к новой теме | 2 | Повторить технику перемещения игрока на площадке в стойке волейболиста | Стойка |  | Г | Объяснение и показ стойке игрока. Контроль за выполнением, задания. | Правильное выполнение упражнений. Соблюдать технику безопасности |

ОРГАНИЗАЦИОННАЯ СТРУКТУРА УРОКА

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Основная часть  30 мин. | Обучение | 18 | Обучить технике передачи мяча сверху двумя руками. | Изучение исходного положения. Имитационные, подводящие, тренировочные упражнения. | Словесный  Наглядный  Наглядный | Ф  П | Объяснение и показ стойки, исходного положения, расположения рук, кистей, пальцев. | Выполнение подводящих упражнений.  Передачи мяча. |
| Первичная отработка навыков | 6 | Совершенствовать технику нижней прямой подачи | Нижняя прямая подача с посте-пенным увеличе-нием расстояния до сетки.  Подача из-за лицевой линии | Целостный в  облегченных  условиях.  Целостный | П  К | Контроль за техникой выполнения подач | Нижняя прямая подача  Подача с зоны подач, какая сторона быстрее подаст 10 подач.  Проигравшая команда выполняет 10 отжиманий |
| Закрепление | 6 | Закрепление ранее изученных технических приемов в игре | Игра в волейбол | Соревновательный | К | Помощь судьям из числа учащихся | Практическая отработка игровых действий. Отработка судейских жестов. |
| Заключительная  4 мин | Подведение итогов занятия | 5 | Итог урока  Информация о домашнем задании, | Инструктаж по выполнению домашнего задания | Экспертная оценка | Ф | Ответы на вопросыАнализ учителя. | Получение информации о реальных результатах. Домашнее задание |

САМОАНАЛИЗ УРОКА

Урок проводился в 7 классе, согласно списочного состава, присутствовало 25 человек.

Тема урока: Волейбол. Обучение и совершенствование техники игры в волейбол. Ознакомление с правилами игры, жестами судьи.

Обучающиеся к началу урока были в спортивной форме. Спортивный зал проветрен, подготовлен спортивный инвентарь для каждого ученика.

Определить ЧСС, самочувствие учащихся, величину физической нагрузки Урок начался с построения. Ясно и четко были объявлены цели и задачи урока,  сделан акцент на то, как поставленные задачи  взаимосвязаны с изученным ранее материалом. Подготовительная часть урока длилась 10 минут, общеразвивающие упражнения проводились в движении, в процессе выполнения которых были задействованы все группы мышц. Повторить технику перемещения игрока на площадке в стойке волейболиста С первой минуты урока обучающиеся работали с волейбольными мячами, что способствовало развитию координационных способностей. В подготовительной части упражнения выполнялись поточным методом с использованием всей полезной площади спортивного зала. Основная часть урока продолжалась 30 минут. При переходе к основной части урока были использованы дыхательные упражнения, которые способствовали восстановлению дыхания и одновременно решали немаловажную оздоровительную задачу, развитие дыхательной гимнаст.

Построение  урока соответствовало дидактическим принципам (от простого к сложному;  сознательное отношение и др.).

При выполнении первой задачи обучающиеся совершенствовали навыки передачи мяча, которые применялись и при выполнении второй задачи, но уже в более сложной форме -  в групповых взаимодействиях в нападении, приближенных к  игровой ситуации.

В процессе проведения основной части урока мною были использованы основные принципы организации деятельности:  принцип опоры на индивидуальные особенности каждого ученика,  принцип саморазвития, Изучение исходного положения. Имитационные, подводящие, тренировочные упражнения. Принцип целостности был применен при решении воспитательных задач, где поощрялись позитивные возможности каждого ученика, принцип гуманных отношений - доброжелательный тон, взаимопонимание, содействие ученику в разрешении поставленной задачи.

Длительность заключительной части урока 2 минуты, где были использованы упражнения на восстановление. Подведены итоги урока с анализом выполнения поставленных задач.

В подготовительной и заключительной части урока использован поточный способ, в основной - групповой и групповой- поточный.

На  протяжении всего урока мною использовались методы стимулирования и мотивации. Стиль общения с учениками доверительный, построен на взаимном уважении. Обучающиеся между собой проявляли находчивость, умение взаимодействовать в группах.

В процессе урока наблюдалась мотивация ученика на занятие: учащиеся  любят волейбол, хорошо освоили технические и тактические действия. При выполнении заданий прослеживается то, что обучающиеся получают удовлетворение в своих личностно-ориентированных потребностях, которые выражены в использовании полученных умений и навыков в пределах проведенного занятия.

При организации обеспечения учебного занятия мною уделено внимание на:

        целостность  использования форм организации занимающихся;

        целостность использования времени на занятии (объяснение, показ, выполнение упражнений, активный отдых);

        соблюдение техники безопасности (интервал, дистанция).

          При решении оздоровительной задачи было уделено внимание на функциональное состояние обучающихся, сочетание нагрузки с активным отдыхом.

При решении воспитательной задачи  я уделяла внимание на дисциплину, взаимодействие  в коллективе при выполнении групповых упражнений. Старалась создать доверительную обстановку и развития такого качества, как уверенность в себе. Индивидуальная работа прослеживается через планирование нагрузки, которая соответствует данному этапу подготовки. Осуществлению контроля по предупреждению и исправлению ошибок.

Проведенный урок соответствует поставленным задачам. Задачи этого урока работают на перспективу, так как полученные технико-тактические навыки будут  использованы в учебной игре по волейболу.

Благодаря разнообразию форм и методов построения уроков, у обучающихся  повышается интерес к дальнейшим занятиям волейболом. Несколько человек из этого класса входят в состав  сборной команды школы по волейболу.