**Технологическая карта урока**

**Предмет:** Физическая культура

**Класс:** 5

**Базовый учебник:**

**Тема урока:** Закрепление навыков передачи, ловли, ведения баскетбольного мяча в движении.

**Цели урока:**

1. теоретическая: ……………
2. практическая: закрепить технически правильные навыки ведения, передачи, ловли мяча на месте и в движении.

**Задачи урока:**

Образовательная:

1)подвести обучающихся к формулировке цели и задач, выбору способа их достижения

2)включить обучающихся в учебную деятельность по освоению техники ведения, передачи, ловли баскетбольного мяча.

3) закрепить навыки владения баскетбольным мячом

4) умение принимать и фиксировать учебную задачу

5) Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач.

Оздоровительная:

1) Способствовать развитию ловкости и координации движений.

2) Содействовать оптимизации дыхательной и сердечно-сосудистой системы.

3) Содействовать увеличению эластичности мышц ног и туловища, улучшению подвижности в тазобедренных, коленных и голеностопных суставах.

Развивающая:

1)Развивать координацию, скоростно-силовые качества.

Воспитательная:

1) формировать навыки адекватной само- и взаимооценки, умение взаимодействовать в коллективе, вступать в диалог с учителем.

2) способствовать развитию личностных качеств: проявлять упорство и выносливость.

3 Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятель-

ность, инициативу, ответственность, причины неудач

**Тип урока:** урок комплексного применения знаний и умений

**Необходимое оборудование:** магнитная доска, магниты, МР3-проигрыватель, баскетбольные мячи, графические модели проведения эстафет, эстафетные конусы.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Этап урока** | **Деятельность учителя** | **Деятельность ученика** | **Формируемые УУД** |
| 1. **Организационный этап.**     **2. Этап целеполагания.**       1. **Разминка.**   **.**  -    -         1. **Основная часть урока.**     **6.Обучающая игра.**  .  **Этап рефлексии.** | -Подравняйте носочки по носочкам направляющего, пяточки, подбородок прямо, руки вдоль туловища.  - Класс, внимание! Смирно! Равняйсь! По порядку рассчитайсь!  -Здравствуйте, ребята.  - Класс, вольно!  В этом спорте игроки все ловки и высоки.  Любят в мяч они играть, и в кольцо его кидать.  Мячик звонко бьет об пол, значит, это ... **(баскетбол)**  - А почему вы решили, что это баскетбол? Вспомните правила игры?  - Молодцы! Сегодня речь пойдет о баскетболе. Как вы считаете, какие физические качества и физические процессы развиваются во время занятий баскетболом?  - Правильно, занимаясь баскетболом, вы станете быстрыми, сильными, ловкими, воспитаете в себе меткость, умение быстро ориентироваться в сложной обстановке.  - Ребята посмотрите внимательно на доску. Давайте вспомним, что означает слово совершенствование?  - А какие элементы игры в баскетбол мы уже знаем?  - Значит тема нашего урока- совершенствование ведения мяча, передачи мяча, броски мяча в кольцо.  - Но ведь известные спортсмены, мастера спорта, олимпийские чемпионы тоже знают и умеют выполнять эти элементы, но тем не менее очень много тренируются. Зачем?  -Значит, цель нашего урока повторить, закрепить, развить изученные технические элементы баскетбола.  - Что нам нужно сделать, чтобы достигнуть поставленной цели  - Что мы делаем в начале урока?  -А почему в начале урока?  -Какие виды разминки мы знаем и выполняем:  - Дальше, что мы будем делать?  Какими способами мы можем это сделать?  -Что мы делаем в конце урока?  -Но, ребята, посмотрите, перед словом игра стоит слово обучающая. Что это значит?  - А как вы думаете чему?  - Ну а сейчас мы улыбнёмся друг другу и начнём работать!  В начале занятия измерим частоту сердечных сокращений. Измеряем удобным для нас способом: на запястье или на шее.  Какие мышцы нам необходимо разогреть? –  Встали ровно, спинки прямо,  Дружно смотри мы вперёд  А теперь, прыжком «напра-во»  Начинаем наш урок.  ОРУ шагом.  ОРУ в беге:  **Напоминать о выполнении упражнений по кругу в беге с соблюдением дистанции**  Перестроение в две шеренги, в колонну по 2, раздать вторым номерам мячи.  ОРУ с мячами.  - Разминка в парах.  Какие бывают способы передачи мяча?  Какие правила ТБ мы должны соблюдать при работе с мячами в парах и группах?  Назовите правила работы в парах?  какие правила ведения мяча мы знаем?  Верните мячи вторым номерам. Положите мячи на место. Построение в шеренгу  -Измеряем ЧСС удобным для нас способом: на запястье или на шее.  -Какой вывод мы можем сделать?  - Какой человек тренированнее?  - Какой этап урока мы выполнили?  - Оцените себя с помощью сигнальных карточек как вы выполняли разминку  Теперь мы готовы к выполнению следующих упражнений.  Какой этап урока у нас следующий?  - Попробуйте сегодня самостоятельно придумать эстафеты на закрепление изученных навыков.  - Я вам помогу. Делимся на 2 команды. Команды выбирают капитана.  Вспомним правила работы в группе?  К слову «Баскетболисты» добавьте прилагательное, получится название команды.  - Работа с графическими схемами.Первый раз показываем , второй- соревнуемся.  - Капитаны, оцените как работали ваши команды? Все ли удалось? Что не получилось? ??  Игра « Пять передач»  Учителю наблюдать и напоминать:  - Обязательно сигнализировать партнерам по игре, когда и куда они должны передать мяч.  - Точная передача с соблюдением всех правил.  - Соблюдать технику безопасности.  - Соблюдать правила игры, не забывать о правильных передачах.  Что нам дала эта игра?  - Получилось ли у нас применить в игре ранее изученный материал?  Построение в шеренгу. При проходе дыхательная гимнастика. (глубокий вдох через нос – выдох через рот).  - Слушаем спокойную музыку, закройте глаза. Через 25 секунд, что вы себе представили? Кто хочет поделиться с нами?  Любые жизненные действия мы должны уметь оценивать, а на уроке мы должны оценить себя.  - Какая была тема урока? Достигли ли мы цели урока?  Оцените себяе при помощи карточки олимпийского пьедестала (вырезанный из цветной бумаги).  -Ребята вы сегодня все были молодцы, будем дольше продолжать совершенствовать…  - - « Урок закончен. До свидания! Напра-во, в раздевалку шагом марш!» ( уходят под музыку) | Учащиеся под музыку заходят в спортзал. Построение в шеренгу.  Выполняют строевые команды, обратить внимание на положение рук, ног, головы при передаче строевого расчета)  - Приветствие учеников  ( бросаем мяч в кольцо, ведем мяч  (быстрота, ловкость, меткость, прыгучесть, выносливость, сила ног, кистей рук)  ( повторение, закрепление)  ( ведение мяча на месте и в движении, передача и ловля мыча, броски мяча в кольцо)  Самостоятельно формулируют тему урока.  ( повторяют, развивают, закрепляют полученные навыки)  Самостоятельно называют цель урока.  (составить план, обозначить задачи урока).  (разминку)  в ходьбе, в беге, стоя на месте  Совершенствование технических элементов.)  ( работа самостоятельно, в парах, эстафеты )  (играем)  ( должны будем в игре чему то научиться)  ( играть в баскетбол)  - (дети считают количество за 10 сек). Записывают в сводную таблицу в графу до нагрузки.  ( мышцы ног, туловища, кисти рук)  - ходьба под счет  - руки вверх , ходьба на носках.  - руки за спину, хватом за предплечье, ходьба на пятках;  - на внешней стороне стопы, разминаем кисти рук;  - в полуприседе, руки за головой  - перекатом с пятки на носок, круговые движения руками вперед и назад;  приставным шагом в стойке баскетболиста правым-левым боком  - бег с высоким подниманием бедра  - бег с захлестом голени  - бег  - бег с ускорением (перемещение в колонне, медленный темп, по сигналу учителя последний номер в колоне выполняет ускорение и встает первым, переходя на медленный темп, по второму сигналу выполняет предпоследний номер и т.д. пока все учащиеся встанут на свои места).  - упражнения на восстановление дыхания: обхват руками груди-вдох, руки в стороны-выдох.  - (сверху, снизу, от груди, двумя руками, одной рукой)  - (ребята озвучивают правила ТБ: убедиться, что партнер готов к приему мяча, не мешать другим парам, бросать мяч точно в руки, уметь принимать ошибки, исправлять их, уметь регулировать свои эмоции)  ( уметь слушать и слышать, не ссориться…)  -Выполняем имитацию. Обратить внимание на правильное положение ног, кистей рук.  Передача от груди. (по 8 раз)  Передача от плеча поочередно правой- левой рукой.( по 8раз)  Обвести вокруг туловища, передача ( по 5 раз)  ( стойка баскетболиста, мяч ведем чуть в стороне, не высок и не низко, стараемся без зрительного контроля)  Ведение на месте правой рукой-передача-левой рукой-передача  ведение поочередно правой- левой рукой, смотреть на партнера, когда он покажет 10 пальцев- передача;  дети считают количество за 10 сек). Запишите на листок и внесите ваши данные в таблицу в графу после нагрузки.  ( пульс стал таким же, больше). Если нагрузки слишком большие, то пульс будет очень большим. Надо уметь подбирать нагрузки для своего организма. Сегодня на уроке объем нагрузок соответствует норме.  (у кого пульс такой же или ближе к начальным данным)  -разминку  -оценивают себя  -закрепление…..  -по желанию или по расчету на два  -называют  Придумывают название своей команды  Эстафеты:     1. Ведение до двух ограничителей с элементами челночного бега 2. Ведение с обводкой и передачей мяча сверху. 3. Ведение приставным шагом в стойке баскетболиста правым-левым боком. 4. Ведение до лицевой линии - бросок в стену–ловля; обратно с ведением до средней линии -передача партнёру.   -заполнение карты достижений команды, сверка с оценкой учителя.  Ученик сообщает правила игры. Разделиться на две команды. Одна команда выполняет между собой между собой передачи от плеча, от груди, не уронив мяч. Задачи другой команды перехватить мяч у соперников. Если мяч оказался у второй команды, та выполняет передачи. Какая команда выполнит 5 передач, не потеряв мяч, та выигрывает  Если ученик считает, что научился, рисует себя на первой ступеньке. Если не совсем, то на второй ступеньке. А, если сомневается, что научился то соответственно на третьей. ( поставьте свой мячик на ту ступеньку, на какую вы считаете нужным) | П Л  П Л Р К  ПРКЛ  ПЛКР  ЛРК  ЛР |