

Технологическая карта урока

Учебный предмет: Физическая культура (раздел: плавание)

Класс: 5

Автор УМК(программы учебного курса): рабочая программа реализуется в учебнике физическая культура под редакцией Виленского, Ляха

Тема урока: Движения руками в согласовании с дыханием при плавании кролем на груди.

5 «Б» - .11.2016 г, 5 «А» - 27.11.2016 г, 5 «В» - 8.11.2016 г.

Тип урока: Урок усвоения новых знаний

Деятельность учителя	Деятельность учащегося	Планируемые УУД
Организационный этап		
Построение, приветствие, переключка	Подготовились к уроку	
Постановка цели и задач урока. Мотивация учебной деятельности учащихся.		
<p>Организует деятельность учащихся по подготовке к изучению нового материала. Организует беседу по вопросам:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Для чего человеку нужно умение плавать? • Для чего нужно работать руками при плавании? • Для чего необходимо дышать при плавании? • Техника безопасности при плавании. 	<p>Актуализация необходимых знаний.</p> <p>Построение ассоциаций к понятию «Уметь плавать»</p> <p>Отвечают, выполняют упражнения «мельница руками вперёд»</p> <p>Отвечают, выполняют вдох-выдох со сменой круговых вращений руками вперёд, как при плавании кроль на груди.</p> <p>Рассказывают правила техники безопасности на воде.</p>	<p>Познавательные: осознание, что такое плавание, для чего оно необходимо.</p> <p>Регулятивные: умение сличения действия и его результата с заданным эталоном.</p> <p>Коммуникативные: умение слушать, согласованно выполнять совместную деятельность.</p>
Актуализация знаний.		
Совместно с учащимися формулирует задачи урока	<p>Предлагают формулировки задач урока:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнение одновременной смены положения рук при плавании на груди. - выполнять поворот головы набок-назад, для 	<p>Коммуникативные: уважать партнёра и самого себя, согласованно выполнять совместную деятельность.</p>

	выполнения вдоха во время плавания на груди.	
Первичное усвоение новых знаний.		
<p>Организует работу по изучению нового материала с помощью выполнения плавательных упражнений в воде.</p>	<p>Организованный вход в воду. Занимают свои места на дорожках.</p> <p>Плывут упражнения :</p> <p>А) Выполняют дыхательные упражнения у бортика. (по 20 в каждую сторону)</p> <p>А) Плавание на груди с работой ног и разным положением рук, выполняя выдох-вдох в воду. С помощью плавательной доски. (2x25 м)</p> <p>Б) Плавательная доска в правой выпрямленной руке, левая- прижата к бедру, работают ногами, выполняя вдох с поворотом головы на бок-назад и выдох-повернув голову в воду. (25 м)</p> <p>В) Тоже упр. Но теперь левая рука на доске, правая прижата к бедру. (25 м)</p> <p>Г) Плавательная доска в прямых вытянутых руках, отталкиваясь от бортика двумя ногами. Выполняют скольжение с работой ног, через 6 ударов ногами-включают в работу левую руку, выполняя движение вниз под живот до ноги. В конце гребкового движения выполняют вдох с поворотом головы набок - назад, так чтобы щека и ухо лежали на воде. Во время проноса руки над водой в исходное положение, опускают лицо в воду. Через 6 ударов ногами выполняют новый гребок.(25 м)</p> <p>Д) Тоже упражнение, но гребок выполняют правой рукой.(25 м)</p>	<p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - задают вопросы уточняющего характера по выполнению плавательных упражнений; - умение слышать учителя, уважать партнёра и самого себя. <p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> устанавливают зависимость между изменениями в сердечной, дыхательной, мышечной системах организма во время физической нагрузки; <p>Регулятивные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - соблюдают правила техники безопасности во время урока; - планируют свои действия во время занятий в бассейне; - следуют при плавании инструкциям учителя и последовательности стандартных действий; - руководствуются определённым техническим приёмам на уроках плавания.

	Ж) Плывут способом кроль на груди при помощи только движений руками. (2x25)	
Первичное закрепление.		
Анализирует результаты выполнения учащимися задания с помощью применения изученного материала	А) Плывут кроль на груди в полной координации, с поворотом лица для вдоха набок. Вдох выполняют, по необходимости. (2x25 м) Б) упражнения для восстановления дыхания	Регулятивные: - контролируют и оценивают учебные действия в соответствии с поставленной задачей.
Информация о домашнем задании, инструктаж по его выполнению		
Организует вывод из воды учащихся. Знакомит учащихся с заданием: *выполнять выдох-вдох с поворотом головы из положения наклон вперед, руки на коленях. *выполнять, безостановочную работу прямыми руками с одновременной сменой положения рук, как при плавании кроль на груди. *выполнять поворот головы набок-назад, для выполнения вдоха во время работы руками, как при плавании кролем на груди.	Организованно выходят из воды. Строятся на бортике. Запоминают домашнее задание.	Познавательные: умение применять знания. Регулятивные: самостоятельно выполнять упражнения, направленные на развитие техники плавания.
Рефлексия		
Формулирует выводы совместно с учениками	Фиксируют выводы. Определяют уровень усвоения темы.	Коммуникативные: умение грамотно выразить свои мысли. Познавательные: умение соотносить цель и результат. Регулятивные: осознание учащимся, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, прогнозирование.

Технологическая карта урока

Учебный предмет: Физическая культура (раздел: плавание)

Класс: 9

Автор УМК(программы учебного курса): рабочая программа реализуется в учебнике физическая культура под редакцией В.И. Лях

Тема урока: Совершенствование техники плавания кролем на груди.

9 «Б» - 10.11.2016 г, 9 «А» - 11.11.2016 г, 9 «В» - 9.11.2016 г.

Тип урока: урок систематизации и обобщения знаний и умений

Деятельность учителя	Деятельность учащегося	Планируемые УУД
Организационный этап		
Построение, приветствие, переключкичка	Подготовились к уроку	
Постановка цели и задач урока. Мотивация учебной деятельности учащихся.		
<p>Организует деятельность учащихся по подготовке и закреплению материала. Организует беседу по вопросам:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Где можно применять навык умения плавать? • Техника безопасности на уроке плавания. 	<p>Актуализация необходимых знаний.</p> <p>Построение ассоциаций к понятию «Уметь плавать», «Где можно применить».</p> <p>Отвечают, выполняют упражнения на гибкость и подвижность в плечевом суставе.</p> <p>Рассказывают правила техники безопасности на воде.</p>	<p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осознание влияния плавания на организм; - как необходимо применять данное умение при оказании помощи на воде. <p>Регулятивные: умение сличения действия и его результата с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений от эталона. И оказание первой помощи на воде.</p> <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - умение грамотно выразить свои мысли; - согласованно выполнять совместную деятельность; - взаимно контролировать действия друг друга.
Актуализация знаний.		
Совместно с учащимися формулирует задачи урока	<p>Предлагают формулировки задач урока:</p> <p>-безостановочное плавание</p>	<p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - умение грамотно выразить свои мысли, уважать партнёра и самого себя, согласованно

	<p>способом кроль на груди.</p> <p>- координация движений руками, ногами в согласовании с дыханием, во время плавания на груди</p>	<p>выполнять совместную деятельность, взаимно контролировать действия друг друга.</p>
Обобщение и систематизация знаний		
<p>Организует работу по совершенствованию материала с помощью выполнения плавательных упражнений в воде.</p>	<p>Организованный вход в воду. Занимают свои места на дорожках.</p> <p>Плывут упражнения :</p> <p>А) Плавание на груди с работой ног и разным положением рук, выполняя выдох-вдох в воду. Без помощи плавательной доски. (4x25 м)</p> <p>Б) Плывут способом кроль на груди при помощи только движений руками. (100 м)</p>	<p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - задают вопросы уточняющего характера по выполнению плавательных упражнений; <p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> устанавливают зависимость между изменениями в сердечной, дыхательной, мышечной системах организма и физической нагрузкой; <p>Регулятивные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - соблюдают правила техники безопасности во время урока; - планируют свои действия во время занятий в бассейне; - следуют при плавании инструкциям учителя и последовательности стандартных действий; - руководствуются определённым техническим приёмам на уроках плавания; - планируют, контролируют и оценивают учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиям её реализации; - находят ошибки при выполнении учебных заданий и исправляют их.
Применение знаний и умений в новой ситуации		
<p>Организует процесс по применению полученных знаний в оказании помощи на воде</p>	<p>Демонстрируют варианты приёмов помощи уставшему пловцу (4x25)</p>	<p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - задают вопросы уточняющего характера по выполнению плавательных заданий; - совершенствуют навык работы на воде в парах, уважать партнёра и самого себя.
Контроль усвоения, коррекция допускаемых ошибок		
<p>Анализирует и обобщает</p>	<p>А) Плывут способом</p>	<p>Регулятивные:</p>

<p>результаты выполнения учащимися техники плавания кроль на груди</p>	<p>кроль на груди в полной координации, выполняя вдох на три гребка(100-200 м) Б) Упражнения для восстановления дыхания.</p>	<p>- планируют, контролируют и оценивают учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиям её реализации;</p>
<p>Информация о домашнем задании, инструктаж по его выполнению</p>		
<p>Организует выход учащихся из воды. Знакомит учащихся с домашним заданием:</p> <p>*выполнять, безостановочную работу прямыми руками с одновременной сменой положения рук, как при плавании кроль на груди.</p> <p>*выполнять поворот головы набок-назад, для выполнения вдоха на три гребка во время работы руками, как при плавании кролем на груди.</p>	<p>Организованно выходят из воды. Строятся на бортике. Запоминают домашнее задание.</p>	<p>Познавательные: умение применять знания. Регулятивные: самостоятельно выполнять упражнения, направленные на развитие техники плавания.</p>
<p>Рефлексия</p>		
<p>Формулирует выводы совместно с учениками</p>	<p>Фиксируют выводы. Определяют уровень усвоения темы.</p>	<p>Коммуникативные: умение грамотно выразить свои мысли Познавательные – умение соотносить цель и результат Регулятивные – осознание учащимися поставленных задач, прогнозирование результата своей деятельности.</p>