**Технологическая карта урока 20
Акробатические упражнения**

|  |  |
| --- | --- |
| **Цели деятельности учителя** | Формировать навыки поточной тренировки; освоить технику выполнения упражнения «мост»; совершенствовать выполнение упражнений акробатики в различных сочетаниях и передвижениях |
| **Тип урока** | Конструирование способа действий |
| **Планируемые образовательные результаты** | ***Предметные*** (объем освоения и уровень владения компетенциями): *научатся:* выполнять технические действия из базовых элементов акробатики; применять их в игровой и соревновательной деятельности;*получат возможность научиться:* в доступной форме объяснять правила выполнения акробатических упражнений, анализировать и находить ошибки; соблюдать требования техники безопасности.***Метапредметные*** (компоненты культурно-компетентностного опыта/приобретенная компетентность): *познавательные –* овладеют способностью оценивать свои достижения, отвечать на вопросы, соотносить изученные понятия с примерами;*коммуникативные –* выражают готовность слушать собеседника и вести диалог; овладевают диалогической формой речи, умением формулировать вопросы и ответы;*регулятивные –* овладевают способностью понимать учебную задачу урока и стремятся ее выполнять.***Личностные:*** принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях |
| **Методы и формы обучения** | Объяснительно-иллюстративный; индивидуальная, фронтальная, работа в парах |
| **Образовательные ресурсы** | Гимнастические маты |

Организационная структура урока

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Этапы урока | Обучающие и развивающие компоненты, задания и упражнения | Деятельность учителя | Деятельность учащихся | Формы совзаимо-действия | Универсальные учебные действия | Видыконтроля |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| **I. Организационный момент** | Эмоциональная, психологическая и мотивационная подготовка учащихся к усвоению изучаемого материала | Проводит построение. Проверяетготовность обучающихся к уроку, озвучивает тему и цель урока; создает эмоциональный настрой на изучение нового предмета | Выполняют построение в одну шеренгу.Слушают и обсуждают тему урока | Фронтальная | ***Личностные:*** понимают значение знаний для человека и принимают его; имеют желание учиться; положительно отзываются о школе; стремятся хорошо учиться и сориентированы на участие в делах школы; правильно идентифицируют себя с позицией школьника | Устный опрос |
| **II. Актуализация знаний** | Ходьба с выполнением задания. Дыхательные упражнения | Даёт команды: «Направо!», «Налево в обход шагом марш!», «На носках руки вверх марш!». По окончании даёт команду: «Бегом марш!».Проводит дыхательные упражнения: вдох – руки вверх, подняться на носки; выдох – полунаклон вперед, расслабленные руки вниз. *(Повторить 3–4 раза)*  | Выполняют ходьбу (10 с), разогревающий бег (1,5 мин), по окончании которого переходят на шаг и выполняют упражнения на восстановление дыхания | Индивидуальная.фронтальная | ***Личностные:*** проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных ситуациях.***Регулятивные:*** умеют оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки; вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок | Выполнение действий по инструкции |
| **III. Изучение нового материала** | Понятие «поточный метод». | Объясняет, что поточный метод заключается в том, что все упражнения ученики будут выполнять друг за дру- | Слушают, задают вопросы.  | Индивидуальная, фронтальная. | ***Познавательные:****общеучебные* – осознанно строят речевое высказывание в устной форме об особенностях поточного метода; | Устные ответы |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|  | Упражнения поточным методом *(см. Приложение)*.Комбинация акробатических упражнений.Выполнить упражнение «мост» | гом с соблюдением дистанции и только по заданию и команде учителя. Объясняет и по необходимости показывает упражнения. Обратно возвращаться шагом: правая колонна – с правой стороны матов, левая – с левой.Повторяет перекаты, кувырки, стойку на лопатках. 1) И. п. – лежа на мате на спине. 1 – взять группировку; 2 – и. п. *(Повторить 6–8 раз.)* 2) Лежа на спине, удерживая ноги в группировке, по команде учителя выполнить перекаты. 1 – перекат на правый бок; 2 – перекат в и. п.; 3 – перекат на левый бок; 4 – и. п.Формулирует задание, обеспечивает мотивацию выполнения, осуществляет индивидуальный контроль | По команде подходят к матам и друг за другом парами выполняют задания.Выполняют комбинацию упражнений.Выполняют упражнение | Работа в парах.Индивидуальная.Индивидуальная | *логические –* дополняют и расширяют име-ющиеся знания и представления о новом изучаемом предмете.***Коммуникативные:***  используют речь для регуляции своего действия; взаимодействовуют со сверстниками в совместной деятельности.***Регулятивные:*** действуют с учетом выделенных учителем ориентиров; адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляет пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ движений учителем.***Личностные:*** проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Выполнение действий по инструкции.Осуществление самоконтроля по образцу |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| **IV. Первич-ное осмысление и закрепление** | Упражнения для развития внимания | Проводит упражнения по команде: повороты направо и налево, но с закрытыми глазами. Может давать команды не по порядку. Заканчивает упражнение по команде «Стоп!» | Выполняют упражнения.Открывают глаза и отмечают, кто остался на месте, а кто отклонился | Фронтальная | ***Регулятивные:*** действуют с учетом выделенных учителем ориентиров; адекватно воспринимают оценку учителя.***Коммуникативные:***  используют речь для регуляции своего действия; взаимодействовуют со сверстниками в совместной деятельности | Выполнение действий по инструкции |
| **V. Итоги урока. Рефлексия** | Обобщить полученные на уроке сведения  | Проводит беседу по вопросам: – В чём заключается поточный метод выполнения упражнений? – Какие правила безопасности следует соблюдать при выполнении упражнений поточным методом? | Отвечают на вопросы.Определяют свое эмоциональное состояние на уроке  | Фронтальная | ***Личностные:*** понимают значение знаний для человека и принимают его.***Регулятивные:*** прогнозируют результаты уровня усвоения изучаемого материала | Оценивание учащихся за работу на уроке |

*Приложение*

**Упражнения на матах поточным методом**

1. Ходьба на четвереньках.

2. Ходьба на четвереньках с прямыми ногами.

3. Прыжками на четвереньках (руки выставляются максимально вперед, ноги прыжком подтягиваются до упора присев).

4. Ходьба на коленках.

5. Ходьба «тараканчиком» (в упоре сидя сзади приподняться и, перебирая руками и ногами, передвигаться вперед).

6. То же самое спиной вперед.

*Каждое задание выполнять 2 раза, второй раз – чуть быстрее, но не бегом.*