**МБОУ гимназия №5 имени Луночарского А.В**

**Учитель физической культуры Сибилева Элеонора Валерьевна**

**Технологическая карта**

**по физической культуре в 5 классе**

**Дата проведения: 22.01.2021**

**Раздел программы:** Спортивные игры. Баскетбол.

**Тема урока:** .Ведение мяча.Броски

**Цель урока:** Совершенствование техники ведения мяча правой, левой руками, в движении и на месте. Обучение и совершенствование бросков

**Задачи урока:**

***предметные:***

* Совершенствовать технику ведения мяча, сформировать навыки владения техники баскетбола.
* Совершенствовать умения выполнять комплекс упражнений типа "зарядки".
* Развивать физические качества: быстроту, ловкость и координационные способности.

***метапредметные:***

* Развивать умение контролировать и давать оценку своим действиям.
* Формировать умение общаться со сверстниками в игровой деятельности.

***личностные:***

* Воспитывать нравственные, интеллектуальные, волевые качества.
* Формировать знания и умение выполнять самоконтроль для здоровьесбережения.
* Воспитывать дисциплинированность, самостоятельность, силу воли, дружелюбие.

**Тип урока:** *комбинированный*

**Условия проведения:** спортивный зал.

**Материально-техническое обеспечение:** баскетбольные мячи, свисток.

|  |  |
| --- | --- |
| **1. Вводно-подготовительная часть.****Цель:** обеспечить психологическую и морфофункциональную готовность обучающихся к решению задач основной части урока и достижению его целевой установке.**1.1. Организационный момент.****Задачи:**1. Начальная организация обучающихся.2. Создание целевой установки на уроке.3. Обеспечение внимания, дисциплины, собранности.4. Регулирование эмоционального состояния, создание благоприятных психических и эмоциональных условий взаимодействия учителя и обучающихся.5. Психологическая настройка на предстоящую работу. |  |
| **Деятельность учителя** | **Деятельность обучающихся** | **Дозировка**  | **ОМУ** | **УУД** |
| Организует построение, проверяет готовность обучающихся к уроку (соответствующая форма одежды), ставит задачи, раскрывает содержание урока. | Строятся в одну шеренгу.Внимательно слушают задают вопросы. |  | Строевая стойка: пятки вместе, носочки врозь, подбородок приподнят, видеть грудь 4 человека, правое ухо чуть выше левого. | **Регулятивные УУД:**Анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;Выполнять строевые команды, контролировать свои действия согласно инструкции. |
| Вспомним правила игры в баскетбол.***Когда игрок получает право на пробитие штрафного броска?***  ***Сколько бросков имеет право пробить игрок со штрафной линии?***(Демонстрация броска).***Можно ли вести мяч двумя руками?******Над каким приёмом мы будем работать на уроке?***Озвучивается тема урока: Ведение мяча.Броски ***Давайте сформулируем цели на урок?***Сегодня на уроке мы будем совершенствовать свои знания в технике ведения мяча,бросках | *Если игрока толкнули во время выполнения броска, или ударили по руке и мяч вкорзину не попал.**Два штрафных броска,если нарушение совершено за расстоянием 3-х очкового броска,то игрок пробивает 3 мяча.**Мяч можно вести попеременно правой и левой рукой.**Броски,ведение мяча.* | 1 мин. | Включить в деятельность обучающихся. | **Познавательные УУД:**Планировать занятия физическими упражнения в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;Излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать её роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью.**Личностные УУД:**Умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей.  |
| **1.2. Разминка.****Цель:** обеспечение мотивации и принятие обучающимися цели учебно-познавательной деятельности, актуализация опорных знаний и умений.**Задачи:** 1. Всесторонняя подготовка организма обучающихся (центральной нервной, сердечно-сосудистой систем, вегетативных функций, опорно-двигательного аппарата).2. Подготовка группы мышц плечевого пояса, которые будут участвовать в решении двигательных задач основной части урока.3. Обеспечение решения специфических задач основной части урока:* совершенствовать ЗУН в технике ведения мяча;
* совершенствовать ЗУН в технике бросков;
* развивать физические качества: быстроту, выносливость, координационные способности;
* формирование установки обучающихся на активную познавательную деятельность.

**Средства:*** Строевые упражнения (построения, перестроения, повороты).
* различного рода передвижения: на носках, пятках, перекатом с пятки на носок, другими способами.
* Специальные беговые и прыжковые упражнения.
* Подготовительные упражнения.
* Упражнения на развитие подвижности суставов, быстроты, выносливости и скоростно-силовых качеств.
* Общеразвивающие упражнения в движении.

**Критерии результатов:** готовность обучающихся к активной учебно-познавательной деятельности на основе опорных знаний. |  |
| **Деятельность учителя** | **Деятельность обучающихся** | **Дозировка**  | **ОМУ** | **УУД** |
| Организует выполнение строевых упражнений (команд).Разновидности ходьбы:- на носках (пятках);- выпадами на каждый выпад коснуться рукой пола впереди стоящей ноги; | Выполняют команды. Следить за правильной осанкой,постановкой стоп. |  | Команды:"становись!", "равняйсь!", "смирно!", "вольно!", "налево!", "направо", "кругом!", "шагом марш!" | **Регулятивные УУД:**Анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;Выполнять строевые команды, контролировать свои действия согласно инструкции. |
| Разновидности бега:- лицом вперёд;- с захлёствыванием голени;- с высоким подниманием бедра, коленями касаться мяча;- бег спиной вперёд. | Следить за дистанцией. | 2 мин. | В ходьбе выполняются упражнения фронтально, беговые поочередно. Во время проведения упражнений следить за осанкой. |  |
| Общеразвивающие упражнения:1)И.п.-о.с1-руки вперед2-руки вверх3-руки в стороны 4-И.п.2)И.п-ноги врозь,руки перед грудью1-2-рывки согнутыми руками3-4-рывки прямыми руками3)И.п-ноги врозь,руки на пояс1-поворот туловища влево,руки в стороны2-И.п3-наклон вперед,руками коснуться пола4-И.пТо же в другую сторону4)И.п-о.с,руки вперед в стороны1-мах правой ногой,коснуться носком ладони2-И.пТоже с другой ноги5)И.п-ноги врозь.руки в замок за голову1-приседание2-И.п3-приседание4-И.п6)И.п-упор присев на правой,левая всторону на носок1-2-перенос центра тяжести тела на левую ногуТоже с другой ноги7)И.п-о.с,руки на пояс1-прыжок ноги врозь2-прыжок правая скрестно перед левой3-прыжок ноги врозь4-левая скрестно перед правой8)Ходьба на месте,востановление дыхания |  | 7 мин. |  | **Познавательные УУД:**- представлять физическую культуру как средство укрепления и сохранения здоровья, физического развития и физической подготовки человека; характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий. |
| **2. Основная часть.****Цель:** обеспечение активной учебной работы обучающихся для получения теоретических и практических знаний на основе учебной программы **Задачи:**1. Совершенствовать ЗУН в технике ведения мяча.2.Совершенствовать ЗУН в технике бросков.3. Развивать физические качества: быстроту, ловкость и координационные способности.4. Воспитывать чувство товарищества, коллективизма.**Средства:*** различные виды бросков и ведения мяча.
* разнообразные виды физических упражнений, которые обеспечивают эффективное решение поставленных задач.
* основные, подводящие и подготовительные упражнения общей и специальной физической подготовки.
* подвижная игра.

**Критерии результативности:*** активные действия обучающихся и овладения способами действий.
* правильность и точность описания выполнения упражнения, умение выполнять броски и ведение мяча.
 |  |
| **Деятельность учителя** | **Деятельность обучающихся** | **Дозировка**  | **ОМУ** | **УУД** |
|  |  |  |  | **Регулятивные УУД:**Анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;Выполнять строевые команды, контролировать свои действия согласно инструкции. |
| Построение. Расчёт на 1-2. Деление на две шеренги |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **Коммуникативные УУД:*** формируем умение слушать и понимать других.
* умение работать в паре и группе.

Обсудить ход предстоящей разминки. Деятельность направлена на продуктивное взаимодействие при проведении разминки как со сверстниками при работе в парах, так и учителем. |
| Эстафеты с ведением и бросками в кольцо. | Выполняют эстафету,соблюдая правила. | 6 мин. | Следить за техникой выполнения. | **Познавательные УУД:**- представлять физическую культуру как средство укрепления и сохранения здоровья, физического развития и физической подготовки человека; характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий. |
| Общее построение.Расчет на1-2.Игра по упрощенным правилам.  | Играют по упрощенным правилам | 10 мин. | Комментировать свои ошибки.  | **Регулятивные УУД:**Анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;Выполнять строевые команды, контролировать свои действия согласно инструкции. |
| **3. Заключительная часть.****Цель:** приведение организма в оптимальное для последующей деятельности функциональное состояние и создание установки на эту деятельность, постепенное снижение функциональной активности организма и приведение его в относительно спокойное состояние.**Задачи:**1. Снижение физиологического возбуждения и излишнего напряжения отдельных групп мышц.2 постепенное приведение организма обучающихся в относительно спокойное состояние (снятие физической и физиологической напряженности).3. Снижение активности сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной системы до нормы.4. Подведение итогов учебной деятельности, с оценкой учителя и самооценкой результатов деятельности обучающихся.5. Организованное завершение занятия.**Средства:*** Строевые упражнения.
* Упражнения на расслабление мышц.
* Игровые задания на внимание и на координацию.
 |   |
| **Деятельность учителя** | **Деятельность обучающихся** | **Дозировка**  | **ОМУ** | **УУД** |
| Организует построение обучающихся.  | Строятся в одну шеренгу. | 1мин. |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Проводит упражнения на восстановление и расслабление организма. | Выполнение упражнений на восстановление дыхания:1. И.П. - о.с., руки в стороны - вверх.1-3 - полунаклон вперед, спина круглая, руки вперед - вниз - выдох;4-5 пауза;6-8 вдох. вернуться в и.п.2. И.П. - о.с, руки на пояс.1-2 - голову вниз, локти вперед - выдох;3-4 - поднять голову, отвести локти назад - вдох.Выполнить 3-4 раза.3. И.П. - о.с, руки вверх.1 - наклон вправо, выдох;2 - и.п., вдох;3-4 - то же влево. | 2 мин. | Строго соблюдать методические рекомендации по выполнению упражнений на восстановление дыхания. | **Познавательные УУД:**- представлять физическую культуру как средство укрепления и сохранения здоровья, физического развития и физической подготовки человека; характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий. |
|  |  |  |  |  |
| **Рефлексия.**Вспомните тему нашего урока. Удалось достичь поставленных целей. Что удалось на уроке, что не удалось?Оцените свою работу на уроке.Подведение итогов урока, оценивание работы класса в целом (над чем ещё необходимо работать).  | Обучающиеся анализируют свою работу. | 2 мин. | Отметить лучших ребят. |  |
| **Д/задание:** повторить правила игры. |  |  |  |  |
| **Благодарит обучающихся за урок.** | Организованной покидают спортивный зал. |  |  |  |