

**Конспект урока по физической культуре для 1 класса (по ФГОС)
Технологическая карта урока.**

ФИО: Савина Марина Анатольевна

Предмет: Физкультура.

Раздел: лыжная подготовка

Тема: Скользящий шаг на лыжах с палками. Безопасное падение при занятиях лыжной подготовкой.

Класс: 1класс

Цели деятельности учителя	Формировать умение правильно группироваться при падении, развитие жизненно важных способов передвижения человека – ходьбе и бегу на лыжах (скользящий шаг); способствовать оздоровлению всех систем организма, опорно-двигательного аппарата развитие силовых и функциональных физических качеств; способствовать развитию быстроты, координации.
Тип урока	обучающий
Планируемые образовательные результаты	<p>Предметные: иметь представления о лыжах, правилах катания на них, о том, какую спортивную форму следует надевать, о влиянии лыжной подготовки на здоровье человека</p> <p>Метапредметные: иметь первоначальные представления о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием лыжной подготовки</p> <p>Познавательные: овладеть способностью понимать УЗ,; создание алгоритма двигательных действий при падении и ходьбе на лыжах..</p> <p>Коммуникативные: обмениваются мнениями, взаимодействуют со сверстниками.</p> <p>Регулятивные: целенаправленное удержание учебных целей на протяжении урока: учащиеся оценивают свои достижения на уроке.</p> <p>Личностные: осознавать мотивы учебной деятельности и личностный смысл учения, следовать установке на безопасный и здоровый образ жизни.</p>

Методы и формы обучения	Объяснительный; индивидуальный; фронтальный.
Образовательный Ресурс	Технологические карты уроков по учебнику В. И. Ляха издательство «Учитель», 2016 г. Учебник В.И. Ляха.
Место и дата проведения	Спортплощадка 18.01.2017
Оборудование и инвентарь:	лыжи, лыжная экипировка

Этап образовательного процесса	Деятельность учителя	Деятельность учащегося	Деятельность учащегося	Деятельность учащегося	Деятельность учащегося
		Личностная	Регулятивная	Познавательная	Коммуникативная
1	2	3	4	5	6
<p>Мотивация (самоопределение) к учебной деятельности.</p> <p>Актуализация знаний.</p>	<p>- Класс, равняйся, смирно. По порядку номеров рассчитайсь.</p> <p>Построение с лыжным инвентарем.</p> <p>Ровно встали, подтянулись и друг другу улыбнулись.</p>	<p>Значение умения правильно группироваться при падении жизни человека.</p>	<p>Анализ имеющихся знаний о падениях.</p>	<p>Произвести моделирование падения.</p>	<p>Обсудить ход предстоящей разминки</p>

<p>Постановка учебной задачи. (5 минут) Создать целевую установку на усвоение учебного материала</p>	<p>Ознакомить учащихся с целью и задачами урока. Начало урока проводится в помещении с целью проверки формы и лыжного инвентаря (обязательное наличие перчаток).</p> <p>ТБ по переноске лыжи на лыжне. Инструктаж по технике безопасности при занятиях лыжной подготовкой</p>				
<p>Целеполагание</p> <p>1 место занятий – спорт. площадка. Разминка: ОРУ на месте (10 минут) -исходное положение (и.п.) – стоя на лыжах с опорой на палки – скользящие движения ногами</p>	<p>Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока Все упражнения разминки выполнять по 1-2р При выполнении</p>	<p>Установить роль разминки при подготовке организма к занятиям лыжной подготовкой</p>	<p>Определить последовательность и приоритет разминки мышечных групп</p>	<p>Произвольно строим речевое проговаривание упражнений за учителем при проведении разминки</p>	<p>Деятельность направлена на продуктивное взаимодействие при проведении разминки.</p>

<p>вперед, назад. - и.п.-повороты на месте вокруг носков и носков лыж. -и.п.-повороты на месте с опорой на палки, заступом. - и.п.- круговые вращения коленями. -и.п.-сед на левое; на правое бедро, пережат на правый, левый бок.</p>	<p>упражнений разминки учащиеся располагаются в кругу лицом друг к другу, при выполнении упражнений организуем анализ правильности выполнения упражнений Упражнения выполнять при минимальной амплитуде При выполнении разворотов и поворотов следить за дистанцией между учащимися.</p>	<p>Уточнить влияние разминки мышц ног на готовность к занятиям по лыжной подготовке</p>			
<p>Формирование первичных умений и навыков Основная часть (25 минуты) 2 место занятий –</p>	<p>Делим обучающихся на две группы (по половому признаку) Спускаясь с горки, выполняем быстрые приседания с последующим</p>	<p>Определить влияние элементов безопасного падения на конечный результат.</p>	<p>Сравнить движения при обычном падении и падении на лыжах. Движения направлены на уменьшение силы</p>	<p>Формировать мыслительные операции по каждому из разучиваемых элементов падения и</p>	<p>Распределение функций обучающихся во время работы по местам занятий Развиваем умение выразить свою</p>

<p>круг вокруг школы с горками для 1 класса</p>	<p>сваливанием на левый или правый бок.</p>	<p>Оценить значение правильно группироваться при падении вообще в жизни</p>	<p>падения. Сравнить падение на месте и со спуска с горки</p>	<p>соединение их в целое Определить эффективную модель падения.</p>	<p>мысль по поводу освоения падения одноклассниками.</p>
<p>Прохождение дистанции 1км скользящим шагом со средней интенсивностью.</p>	<p>Туловище не должно совершать больших колебаний вверх и вниз, чтобы не оказывать усиленного давления на скользящую лыжу.</p>				
<p>«Игра-упражнение «Кто быстрее »»</p>	<p>1.Игра: кто на отрезке 15-20 метров сделает меньшее количество шагов. Выделить лучших. 2. «Самокат» Игра-упражнение: кто за 5</p>				

	отталкиваний проскользит дальше				
<p>6. Рефлексия учебной деятельности (5 минут)</p> <p>1. Анализ выполнения УЗ обучающимися, домашнее задание.</p> <p>2. Организованный уход.</p>	<p>Восстанавливаем пульс, дыхание. Проверяем степень усвоения обучающимися УЗ</p> <p>Сегодня мы изучили скользящий шаг и падение. У всех ли они получились? Что не получилось?</p> <p>Ставим УЗ на дом</p> <p>Ученики снимают лыжи, отряхивают их от снега, складывают, берут на плечо и, заносят в школу, ставят на свои места.</p>	<p>Определить собственные ощущения при освоении учебной задачи на уроке.</p> <p>Осознать необходимость домашнего задания</p>	<p>Условия, необходимые для достижения поставленной цели</p> <p>Определить смысл поставленной на уроке УЗ</p>	<p>Формируем умение выделять основные признаки сравнения выполнения УЗ</p>	<p>Обеспечиваем социальную компетентность и учет позиции других людей</p>
1	2	3	4	5	6