

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа  
с. Майское муниципального района Пестравский Самарской области  
**ГБОУ СОШ с.Майское**

**Технологическая карта урока**

**физической культуры**

**в 5 классе.**

**Тема урока «Совершенствование техники выполнения норм ГТО».**

Учителя физической культуры

первой квалификационной категории

Баубекова С.В.

2024 год

## **Технологическая карта урока физической культуры в 6 классе.**

### **Тема урока «Совершенствование техники выполнения норм ГТО»**

<b>Тема урока</b>	Нормы ГТО
<b>Тип урока</b>	Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)
<b>Дата урока</b>	1.12.2024г.
<b>Образовательные ресурсы</b>	Стойки, мультимедиа, карточки, бумажные линейки, ножницы, коврики для отжиманий.
<b>План урока</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Построение в одну шеренгу. Введение в тему.</li><li>2. Подведение к теме урока.</li><li>3. Танцевальная разминка</li><li>4. Беседа «Что такое нормы ГТО»</li><li>5. Деление на команды.</li><li>6. Эстафеты по нормам ГТО</li><li>7. Построение в одну шеренгу</li><li>8. Подведение итогов. Анализ результата урока. Домашнее задание, творческая работа на тему: «техника выполнения сгибание рук в упоре лежа на полу, наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу »</li></ol>
<b>Цели урока</b>	Дать представление о внедрении норм ГТО в России. Развивать умение правильного выполнения тестов «Бег на короткие дистанции(низкий старт)», «сгибание рук в упоре лежа на полу», «наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу» <i>Развивать умение самоанализа.</i>
<b>Формы и методы обучения</b>	Беседа, показ выполнения, эстафетная тренировка

<b>Связь с другими предметами</b>	Литература, математика, технология, музыка
<b>Основные термины и понятия</b>	ВСК норм ГТО. Сгибание рук в упоре лежа на полу, наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу.
<b>Планируемые образовательные результаты</b>	<p><b>Предметные:</b>  <i>научатся:</i> познавать индивидуальные показатели развития основных физических качеств; применять знания и умения при выполнении тестов норм ГТО.  <i>получат возможность научиться:</i> оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, соблюдать требования техники безопасности в спортивном зале.</p> <p><b>Метапредметные:</b>  <i>познавательные:</i> оценивают свои достижения, отвечают на вопросы, соотносят изученные понятия с примерами.  <i>коммуникативные:</i> проявляют культуру взаимодействия, терпимости и толерантности при совместной деятельности;  <i>регулятивные:</i> овладевают способностью понимать учебную задачу урока и стремятся её выполнить.</p> <p><b>Личностные:</b>      принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие соревновательного настроя, развитие мотивов учебной деятельности и формирование патриотического воспитания, развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками.</p>
	<b>Организационная структура урока</b>

<b>Этап урока</b>	<b>Деятельность учителя</b>	<b>Деятельность учащихся</b>	<b>Формы организации взаимодействия на уроке</b>	<b>УУД</b>
<b>Организационный этап</b>	<p>Проводит построение в шеренгу. Проверяет готовность к уроку, подводит к теме урока с помощью муз. постановки; создает эмоциональный настрой к изучению материала.</p> <p>Проводит беговую разминку.</p> <p>Перестраивает обучающихся в один круг.</p> <p>Проводит танцевальную разминку. Знакомит с девизом урока.</p>	<p>Выполняют построение. Слушают и обсуждают тему урока.</p> <p>Выполняют перестроение по кругу.</p> <p>Выполняют танцевальную разминку</p> <p>Учат девиз урока.</p>	Фронтальная	<p><b>Личностные:</b> понимают значение знаний для человека и принимают его; имеют желание учиться, правильно идентифицируют себя с позицией школьника.</p> <p>Проявляют внимание, дисциплинированность, трудолюбие.</p> <p><b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении заданий, адекватно воспринимают указания учителя.</p>
<b>Постановка цели и задач урока. Мотивация учебной деятельности учащихся.</b>	Читает отрывок из поэмы С.Я.Маршака «Рассказ о неизвестном герое», Интерактивная беседа по теме «Что такое ГТО» (приложение 1.)	Слушают и обсуждают: отрывок из поэмы С.Я.Маршака «Рассказ о неизвестном герое», Отвечают на вопрос «Что такое нормы ГТО?».	Фронтальная	<p><b>Личностные:</b> понимают значение знаний для человека и принимают его.</p> <p>Проявляют внимание, дисциплинированность.</p> <p><b>Познавательные:</b></p> <p>Формируют представление о нормах ГТО.</p> <p>Извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.</p>
<b>Выявление знаний, умений и навыков, проверка уровня сформированности у</b>	Делить учащихся на команды. С помощью загадки (Эстафета не легка, жду команду для рывка!) дает команду:	Делятся на команды. Отвечают на вопрос о какой команде идет речь в загадке. Проходят на старт. Просматривают	Фронтальная	<p><b>Познавательные:</b></p> <p>Извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.</p> <p>Формируют умение</p>

<b>учащихся общеучебных умений</b>	<p><b>«На старт!»</b> Осуществляет контроль выполнения тестов</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Эстафета «Бег на короткие дистанции». Напоминает правила выполнения тестов с помощью видео. Проведение эстафеты.</li> <li>2. Эстафета «прыжок в длину с места толчком двумя ногами»,</li> <li>3. Эстафета «сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу»</li> <li>4. Эстафета «наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу».</li> </ol> <p>Подведение итогов эстафет.</p>	<p>видео и обсуждают правила выполнения тестов. Соревнуются в эстафете №1.</p> <p>Просматривают видео и обсуждают правила выполнения тестов. Соревнуются в эстафете №2</p> <p>Просматривают видео и обсуждают правила выполнения тестов. Соревнуются в эстафете №3.</p> <p>Просматривают видео и обсуждают правила выполнения тестов. Соревнуются в эстафете №4.</p>	<p>Групповая</p> <p>Групповая</p> <p>Групповая</p>	<p>правильного выполнения тестов.</p> <p><b>Регулятивные:</b> Осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на требования учителя.</p> <p><b>Личностные:</b> Проявляют лидерские качества и качества спортсмена. Осуществляют дисциплинированность, трудолюбие.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного выполнения тестов, соблюдают правила безопасности.</p>
<b>Рефлексия</b>	<p>Проводит построение в шеренгу. Озвучивает домашнее задание.</p>	<p>Выполняют построение. Обдумывают и запоминают домашнее задание.</p>		<p><b>Познавательные:</b> Извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.</p> <p><b>Регулятивные:</b></p>

	Просит проанализировать результаты урока.	Анализируют результаты урока.		Осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на требования учителя.  <b>Личностные:</b> Проявляют интерес к патриотическому воспитанию.  <b>Коммуникативные:</b> Взаимодействуют со сверстниками в процессе эмоционального настроя и подведении итогов.
--	---	-------------------------------	--	---

## ***Приложение 1.***

### **Интерактивная беседа по теме «Что такое ГТО»**

Мы сейчас послушаем отрывок из поэмы С.Я.Маршака «Рассказ о неизвестном герое», который настроит нас на сегодняшний разговор. (Звучит отрывок из поэмы)

Ищут пожарные,  
Ищет полиция,  
Ищут фотографы  
В нашей столице,  
Ищут давно,  
Но не могут найти  
Парня какого-то  
Лет двадцати.  
Среднего роста,  
Плечистый и крепкий,  
Ходит он в белой  
Футболке и кепке.  
Знак "ГТО" На груди у него.  
Больше не знают  
О нем ничего.

Эта поэма была написана в 1937 году, и строчка «Знак ГТО на груди у него» была в то время понятна любому, которая существовала в нашей стране с 1931 года по 1991 год. Как вы понимаете девиз «Готов к труду и обороне»? (Ответы детей).