

Ш.С. Юнусов


**Проектирование учебного занятия
по теме: «Акробатика. Кувырок вперед, назад»**

Физическая культура, 4 класс

Тип урока		Комплексный	
Технология построения урока		Фронтальная, поточная, групповая, индивидуальная.	
Тема урока		Акробатика. Кувырок вперед, назад.	
Цель урока		Формирование умения выполнения кувырков вперед и назад.	
Основные термины, понятия		Группировка, пережат, кувырок вперед, назад, диафрагмальное дыхание.	
Планируемые результаты урока			
Предметные		Научатся: в доступной форме объяснять технику выполнения кувырков, анализировать и находить ошибки; координировать и контролировать действия. Получат возможность научиться оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении упражнений.	
Метапредметные		Познавательные – овладеют способностью оценивать свои результаты, указывать на свои ошибки и ошибки одноклассников, формирование представления о технике выполнения кувырка вперед, назад; коммуникативные – выражают готовность слушать собеседника и вести диалог, адекватно оценивают собственное поведение и поведение окружающих, регулятивные – умение технически правильно выполнять двигательные действия (кувырок вперед, назад).	
Личностные		Самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни, формирование навыка работать в группе, развивать внимание, ловкость, координацию; умения соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время выполнения кувырка вперед, назад	
Организация пространства			
Формы работы		Ресурсы	
Фронтальная, поточная, индивидуальная.		<i>Литература:</i> Физическая культура. Рабочие программы. Учебник В.И. Лях 5-9 классы. - М.: Просвещение, 2015 г. <i>Технические средства обучения:</i> ноутбук, планшет. <i>Экранно-звуковые пособия:</i> проектор	
Этапы урока	Деятельность учителя	Деятельность учащихся	УУД
I. Организационный момент	1. Построение. Приветствие детей. Настрой на работу. Сейчас, я хочу у вас спросить, с каким настроением вы пришли на урок физической культуры. Прошу сделать два шага вперед тех, у кого отличное настроение! Хорошо! Один шаг вперед те, у кого настроение	Приветствие учителя. Слушают учителя. Настрой на урок. Самооценка готовности к уроку	Личностные: формирование потребности в занятиях физической культурой, самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка

	хорошее! Спасибо!		на здоровый образ жизни.
II. Актуализация знаний	<p><u>Вопрос.</u> Ребята, какие элементы акробатических упражнений Вы знаете?</p> <p><u>Беседа</u> по теме: «Что такое координация». Показ презентации «Что такое координация». Объясняет, какое значение она имеет для физической подготовки человека. Предлагает творчески подходить к выполнению акробатических упражнений.</p> <p>Какая <u>тема учебного занятия</u>? Что нужно выполнить? Сегодня мы будем с вами изучать кувьрки вперед, назад.</p> <p><u>Повторение правила Т/Б на уроках гимнастики.</u></p> <p>Но перед тем, как приступить к выполнению такой сложной задачи, мы должны подготовить к работе свой организм. Начнем с настроения, давайте возьмемся за руки и просто улыбнемся друг другу. Молодцы!</p> <p>А теперь переходим к разминке:</p> <p><u>Выполнение команд.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Равняйся!», «Смирно!», «По порядку номеров рассчитайсь!»; • выполнение строевых упражнений /<i>повороты налево, направо, кругом на месте</i>/; • направо, ходьба по залу с дистанцией 2 шага на носках (<i>руки на пояс, спина прямая</i>); • на пятках (<i>руки за головой, спина прямая</i>); • бег в равномерном темпе; • построение и перестроение. «На первый – второй рассчитайсь!», «Первые – один шаг, вторые – четыре шага вперед шагом марш!», «На руки в стороны разомкнись!». • Комплекс ОРУ со скакалкой <p>1. И. п. – основная стойка, скакалка сложена вчетверо, держать в прямых опущенных руках. 1 – 2. – Натягивая скакалку, поднять руки вверх, прогнуться, отставляя левую ногу в сторону на носок. 3 – 4. – Вернуться в и. п., натягивая скакалку. Повторить 4 – 6 раз.</p> <p>2. И. п. – основная стойка, скакалка сложена вчетверо сзади. 1 – 3. – Наклоняясь вперед, опустить скакалку до середины голени, три пружинящих наклона; сгибая руки, каждый раз</p>	<p>Слушают наводящие вопросы, отвечают, выполняют задания учителя.</p> <p>Выполняют строевые упражнения.</p> <p>Передвигаются по залу колонной, выполняя команды учителя.</p> <p>Придвигаясь по залу, соблюдают дистанцию 2 шага.</p> <p>Выполняют упражнение на восстановление дыхания.</p> <p>Выполняют комплекс упражнений, точно повторяя все упражнения за учителем (помощником учителя).</p>	<p>Познавательные: <i>Общеучебные</i> – извлекают необходимую информацию из рассказа учителя, из собственного опыта; <i>Логические</i> – осуществляют поиск необходимой информации. Личностные: воспитание дисциплинированности.. Регулятивные: развитие внимания, умеют оценивать правильность выполнения действия; вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p>

	<p>притягивать туловище к ногам. 4. – И. п. Повторить 6 - 8 раз.</p> <p>3. И. п. – стойка на коленях, скакалку сложенную вдвое, держать внизу. 1. – Натягивая скакалку, поднять руки вверх, левую ногу в сторону на носок. 2 – 3. – Пружинящие наклоны влево. 4. – И. п. То же в другую сторону. Повторить 5 – 6 раз.</p> <p>4. И. п. – ноги врозь, скакалка под стопой левой ноги. Руки согнуты в локтях, скакалка натянута. 1. – Стоя на правой ноге, поднять левую, согнутую в колене. 2 – 3. – Выпрямить левую ногу вперед, натягивая скакалку ногой, держать равновесие. 4. – И. п. То же другой ногой. Повторить 6 – 8 раз.</p> <p>5. И. п. – основная стойка, стоя на скакалке, концы ее в руках. 1. – Выпад левой вперед, руки в стороны, натягивая скакалку. 2 – 3. – Пружинящие сгибания левой ноги. 4. – И. п. То же другой ногой. Повторить 6 – 8 раз.</p> <p>6. И. п. – упор, сидя сзади, ноги врозь; скакалка сложена вдвое в руках, натянута. 1. – Наклониться вперед, делая круг руками вперед, опуская скакалку за стопу. 2. – И. п. Повторить 6 - 8 раз.</p> <p>7. И. п. – лежа на животе, руки прямые за спиной. Держать скакалку, сложенную вдвое. 1. – Отвести прямые ноги назад, одновременно поднять руки назад, растягивая скакалку, прогнуться. 2 – 3. – Держать. 4. – И. п. Повторить 6 - 8 раз.</p> <p>8. И. п. – лежа на спине, ноги вместе прямые вверх, скакалка сложена вдвое, натянута руками на ступнях ног. 1. – Перекат назад, касаясь носками пола, скакалка натянута, ноги не сгибать. 2. – И. п. Повторить 6 – 8 раз.</p> <p>9. И. п. – основная стойка, скакалка в прямых руках сзади. 1- 4. – Прыжки на обеих ногах, вращая скакалку назад. 5 – 8. – Шаги на месте. Повторить 5 – 6 раз.</p> <p>10. И. п. – полуприсед, скакалка сложена вдвое в левой руке. 1 – 4. – Прыжки на обеих ногах через скакалку, вращая ее вперед. 5 – 8. – Ходьба на месте, вращая скакалку назад сбоку в левой руке. Повторить 5 – 6 раз.</p> <p>11. И. п. – основная стойка, скакалка сзади в опущенных руках. 1 – 4. – Круг руками вперед скрестно, четыре прыжка на обеих ногах, вращая скакалку вперед. Повторить 5 – 6 раз.</p>		
<p>III. Применение теоретических положений в условиях выполнения упражнений и</p>	<p>А сейчас давайте посмотрим на карточку, и вместе разберем технику выполнения кувырка вперед в группировке (показ карточки с поэтапным описанием техники выполнения).</p>	<p>Образно воспринимают двигательное действие, выделяя более сложные</p>	<p>Познавательные: <i>Общеучебные</i> – извлекают необходимую информацию из рассказа учителя, из собственного опыта; <i>Логические</i> – осуществляют</p>

решение задач	 <p>Объяснение учителем техники правильного выполнения упражнения и показ более подготовленным учеником <u>кувырка вперед, назад.</u></p>	элементы техники выполнения упражнения.	поиск необходимой информации.
IV. Изучение нового материала.	<p>Даёт команду построиться возле матов. <u>Проводит подготовительные упражнения:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • группировка из положения упор присев, • перекаты в группировке, • перекат в группировке с опорой рук. (<i>Повторить 4–6 раз.</i>) <p>Обратить внимание на положение головы. Выполнение элемента со страховкой. Объясняет технику выполнения. Формулирует задание, обеспечивает мотивацию выполнения, осуществляет индивидуальный контроль.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Кувырок вперед, назад. <p>Выполнение элемента со страховкой.</p>	<p>Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.</p> <p>Слушают, выполняют упражнение</p> <p>Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.</p>	<p>Регулятивные: адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ учителем кувырка вперед, назад</p>
V. Самостоятельное творческое использование сформированных УУД.	<p>Помогает учащимся корректировать и исправлять ошибки. Контролирует технику безопасности, страховку, само страховку. <u>Из.п. – упор присев</u> 1 – группировка 2 – перекат в группировке. <u>И.п – группировка сидя – перекатом назад – вперёд в упор присев.</u> <u>И.п. – упор присев</u> 1 – перекатом вперед, назад. 2 – и.п. Ориентировать учащихся на согласованность действий при выполнении кувырков.</p>	<p>Выполняют учебные действия, используя речь для регуляции своей деятельности.</p> <p>Слушают, выполняют упражнение</p>	<p>Познавательные: восстановить навык в выполнении плотной группировки. Закрепление техники выполнения кувырков вперед, назад.</p> <p>Коммуникативные: умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия партнера при страховке</p>
VI. Первичное осмысление и закрепление	<p>Проводит круговую тренировку. Поясняет задание, контролирует его выполнение. Объясняет правила выполнения диафрагмального дыхания. Проводит дыхательные упражнения</p>	<p>Выполняют упражнения.</p> <p>Выполняют дыхательные упражнения</p>	<p>Регулятивные: принимают инструкцию педагога и четко ей следуют; осуществляют итоговый и пошаговый контроль.</p> <p>Коммуникативные: умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия партнера</p>
VII. Рефлексия. Итоги урока.	<p>Игра на координацию «Заморозки» Построение в одну шеренгу и подведение итогов урока. Обобщить полученные на уроке</p>	<p>Выполняют игру. Оценить процесс и результаты своей деятельности</p>	<p>Коммуникативные: умеют договариваться и приходить к общему решению.</p>

	<p>сведения. Проводит беседу по вопросам:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Чему новому Вы сегодня научились? – Какие упражнения для развития гибкости вы знаете? – Как правильно выполнить диафрагмальное дыхание? <p><i>/отвечают по поднятой руке/</i></p> <p>Похвалить всех детей, выделить особо отличившихся. Домашнее задание(каждому индивидуально). Сейчас, я хочу у вас спросить, с каким настроением вы уходите с урока физической культуры. Прошу сделать два шага вперед тех, у кого отличное настроение! Хорошо! Один шаг вперед те, у кого настроение хорошее! Спасибо!</p> <p>Надеюсь, вы всегда будете посещать учебные занятия с удовольствием, и уходить в хорошем настроении. Урок окончен, удачи вам!</p>	<p>Отвечают на вопросы.</p> <p>Определяют свое эмоциональное состояние на уроке.</p> <p>Осуществлять контроль и самоконтроль, ставят оценить.</p> <p>Определяют свое эмоциональное состояние на уроке</p>	<p>Регулятивные: адекватно воспринимают оценку учителя, прогнозируют результаты уровня усвоения изучаемого материала.</p> <p>Личностные: анализ собственной деятельности на уроке</p>
--	--	---	---