

Технологическая карта урока физической культуры

Класс: 4

Учитель Коновалова Е.А.

Тема урока: Прохождение дистанции до 2,5 км со средней скоростью.

Раздел РП: Лыжная подготовка

Тип урока - Образовательно-тренировочной направленности.

Цель: Совершенствовать технику изученных лыжных ходов.

Задачи урока:

Образовательные задачи (предметные результаты):

1. Закрепить технику освоенных лыжных ходов.
2. Укреплять здоровье обучающихся посредством развития

физических качеств: координации, выносливости

Развивающие задачи (Метапредметные результаты):

1. Формировать умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих (коммуникативное УУД).
2. Развивать умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить, определять качество и уровень усвоения знаний (регулятивное УУД).
3. Развивать умение вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок (регулятивное УУД).
4. Развивать умения выполнять простейшие гимнастические комбинации на высоком качественном уровне (познавательные УУД).

Воспитательные задачи (личностные результаты):

1. Формировать самостоятельность и личную ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни (самоопределение, личностные УУД).
2. Формировать мотивацию учебной деятельности (смыслообразование, личностные УУД).
3. Формировать навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

(нравственно-этическая ориентация, личностное УУД).

Время проведения: 40 мин.

Место проведение: стадион

Инвентарь: лыжи, лыжные палки, лыжные ботинки.

Содержание урока	Дозировка	Целевая установка	Формирование УУД
	I. Подготовительная часть		
1. Построение. Сообщение	3 мин.	Организация	Умение формулировать

<p>целей и задач урока. Инструктаж о правилах техники безопасности во время занятий лыжной подготовкой. Выход на лыжный стадион. -Каким способом можно передвигаться на лыжах? -Каким способом можно подыматься в гору? - Как вы считаете, какие физические качества развиваются во время занятий на лыжах? -Кто может назвать цель и задачи нашего урока? 2. Построение в круг -ОРУ с лыжными палками</p>	<p>8 мин.</p>	<p>обучающихся на урок Создание ситуации для промежуточного анализа уровня знаний обучающихся. Создание проблемной ситуации для принятия цели и задач урока Формирование осознанного отношения к организму. Формирование самооценки направленной на правильность выполнения двигательного действия.</p>	<p>цель урока, ставить задачи (Р) Умение контролировать свои действия (Р)</p>
II. Основная часть			
<p>Рефлексия. Техника освоенных лыжных ходов, спусков и подъемов.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. прохождение одного круга без палок 2. прохождение дистанции с палками <p>Прохождение дистанции до 2,5 км со средней скоростью</p>		<p>Установка на правильное выполнение упражнения. Совершенствование физических качеств. Создание ситуации для анализа и самоанализа. Формирование самооценки Согласование двигательных действий</p>	<p>Умение планировать свои учебные действия и прогнозировать свои результаты. (Р) Умение контролировать и корректировать свои действия и действия одноклассников. (Р) Умение демонстрировать технику лыжных ходов, освоенных на предыдущих уроках лыжной подготовки (Р)</p>
III. Заключительная часть			
<p>Организованное возвращение к школе. Чистка лыж. Переодевание. Подведение итогов урока. -Какие упражнения вы</p>	<p>5 мин</p>	<p>Формирование самооценки</p>	<p>Умение применять полученные знания во время занятий на лыжах (Р).</p>

выполнили правильно, а в
каких допустили ошибки,
оцените себя.

-Как вы считаете, цель
урока вами достигнута или
нет?

--	--	--	--