

Технологическая карта урока физической культуры 7 класс
Учитель Дмитренко Т.В.

Тема урока	Техника выполнения опорного прыжка ноги врозь	
Тип урока	Урок общеметодологической направленности	
Цель урока	Выполнить опорный прыжок ноги врозь через козла	
Задачи урока	Предметные умения	УУД
	Выполнят разминку с гимнастическими скакалками Учиться координировать тело при прыжках на скакалке Повторят подводящие упражнения для освоения опорного прыжка Научатся выполнять опорный прыжок через гимнастического козла ноги врозь	<i>познавательные</i> – акцентировать внимание на учебно-познавательные действия; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель <i>коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга формировать навыки работы в группе организовывать совместную деятельность <i>Регулятивные:</i> определять ошибки и исправлять их по совету взрослых Осуществлять действие по образцу и заданному правилу
Формы и методы обучения		Ресурсы

Формы и методы обучения: урок Фронтальный, поточный, групповой.		Гимнастические маты. Музыкальное сопровождение.
Этапы	Деятельность учителя	Деятельность ученика
1. Организация деятельности учащихся	Выполнение построения класса для начала урока. Строевые приемы (становись, равняйся, смирно, повороты) Оцениваем выполнение строевых упражнений.	Выполняют построение Реагируют на команды учителя Выполняют повороты и строевые приемы Соблюдают технику безопасности и правила поведения
2. Постановка цели урока. Выполнение разминки Выполнение подготовительных упражнений	Сообщает цель и план проведения урока. Подводящие и основные упражнения и задания. Упражнения и упражнения на скакалке	Принимают и сохраняют цели и задачи учебной деятельности. Демонстрируют правильное выполнение комплекса разминки и понимают её значение.
3. Приобретение новых знаний.	Показывает подводящие упражнения для освоения разбега Рассказывает и показывает технику отталкивания, осуществляет страховку, опорный прыжок с пяти шагов разбега, опорный прыжок с большого разбега	Выполняют подготовительные упражнения. Делятся на команды для практической работы Выполняют опорный прыжок с маленького разбега, затем с большого разбега Демонстрируют страховку
4. Демонстрация видеофильма	1. Использует демонстрационный материал. 2. Контролирует выполнение. 3. Исправляет ошибки.	1. Изучают демонстрационный фильм (эталон) 2. Сравнивают свое исполнение с эталоном 3. Исправляют ошибки

		4. Выполняют прыжки повторно
5.Рефлексия	Учитель задает вопросы: 1. Какую разминку нужно проводить перед опорными прыжками 2. Как правильно выполнять отталкивание в опорном прыжке	Отвечают на вопросы. Оценивают свой вклад в достижение поставленных в начале урока целей, свою активность, эффективность работы класса, увлекательность и полезность выбранных форм работы. Слушают одноклассников, выражают своё мнение об итогах работы на уроке.
6.Информация о домашнем задании	Составить комплекс упражнений утренней гимнастики со скакалкой Выполнять отжимание от пола (ежедневно) Прочитать учебник на тему : «Опорные прыжки» стр. 145.	Составляет комплекс утренней гимнастики со скакалкой Читают текст. Повторяют на практике упражнения пройденного материала.
7. Заминка	Показывает упражнения для восстановления дыхания, подводит итог.	Выполняют упражнения для восстановления. Считают пульс. Получают отметки.