

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ**

**«СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 40»**



**Методическая разработка:**

***«Проектирование урока физической культуры  
в соответствии с требованиями ФГОС»***

**УЧИТЕЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

**Кудряшов Василий Михайлович**

**СМОЛЕНСК**

## Оглавление

|  |    |
|--|----|
| 1. Введение .....  | 3  |
| 1.1. Актуальность разработки. ....   | 3  |
| 1.2. Системность и соответствие содержания виду методической разработки.<br>4  | 4  |
| 1.3. Технологичность.....  | 4  |
| 1.4. Апробация. ....   | 4  |
| 1.5. Отзывы и оценка.....  | 4  |
| 2. Основная часть .....  | 6  |
| 2.1. Общие рекомендации.....   | 6  |
| 2.2. Формы организации учебной деятельности на уроке, направленные на<br>формирование УУД .....  | 8  |
| 2.3. Действия учителя, позволяющие сформировать универсальные учебные<br>действия .....  | 9  |
| 2.4. Конспект урока по физической культуре для 4 класса МБОУ «СШ №<br>40» г. Смоленск .....  | 10 |
| 2.5. Технологическая карта урока по физической культуре для 4 класса<br>МБОУ «СШ № 40» г. Смоленск .....                               | 16 |
| 2.6. Презентация к уроку и видео проведенного занятия:.....  | 24 |
| 2.7. Приложения к уроку.....   | 24 |
| 2.8. Педагогический самоанализ урока физической культуры учителя<br>физической культуры высшей категории Кудряшова Василия Михайловича | 32 |
| 3. Заключение .....  | 36 |
| 4. Список источников .....   | 37 |

## 1. Введение

### 1.1. Актуальность разработки.

В развитии образовательной системы России начался новый этап, сущность которого выражается в переориентации системы образования на новые подходы к проектированию и оценке образовательных результатов. Формирование личности, готовой к активной творческой самореализации в пространстве общечеловеческой культуры, — главная цель развития отечественной системы школьного образования. Как следствие, каждая образовательная область Базисного учебного плана ориентируется на достижение этой главной цели. Получение результатов образования через формирование универсальных учебных действий – качественно новая задача, поставленная перед школой. И на первое место в требованиях к результатам освоения обучающимися основной образовательной программы поставлены личностные результаты учащихся (готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников, сформированность основ российской гражданской идентичности).

*Предметные результаты освоения основной образовательной программы основного общего образования с учётом общих требований Стандарта и специфики изучаемых предметов должны обеспечивать успешное обучение на следующей ступени общего образования. Например, в соответствии с ФГОС ООО изучение предметной области «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности» должно обеспечить: физическое, эмоциональное, интеллектуальное и социальное развитие личности обучающихся с учётом исторической, общекультурной и ценностной составляющей предметной области; формирование и развитие установок активного, экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни; понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности; овладение основами современной культуры безопасности жизнедеятельности, понимание ценности экологического качества окружающей среды, как естественной основы безопасности жизни; понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения; развитие двигательной активности обучающихся, достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств и показателей физической подготовленности, формирование потребности в систематическом участии в физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях; установление связей между жизненным опытом обучающихся и знаниями из разных предметных областей.*

Урок физической культуры является основной и обязательной формой физического воспитания в школе. Именно на уроке учащиеся получают необходимый минимум знаний, умений и навыков, предусмотренных школьной программой, повышают уровень своего физического развития. Меняются цели и содержание образования, появляются новые средства и технологии обучения, но какие бы не свершались реформы, урок остается вечной и главной формой

обучения. На нем держалась традиционная и стоит современная школа. Какие бы инновации не вводились, только на уроке, как сотни и тысячи лет назад, встречаются участники образовательного процесса: учитель и ученик. Основы ФГОС: системно-деятельностный подход, нацеленный на развитие личности учащихся через формирование универсальных учебных действий, которые выступают основой образовательного и воспитательного процесса.

Важнейшее требование современного урока – обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к обучающимся с учётом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств. Другими словами, в работе каждого педагога при подготовке и проведении урока в соответствии с требованиями ФГОС должен быть системно-деятельностный подход.

**1.2. Системность и соответствие содержания виду методической разработки.** Цель данной методической разработки: поиск, использование и систематизация новых, более эффективных видов организации деятельности учащихся на уроке, ориентированных на достижение современных образовательных результатов в сфере физической культуры по формированию УУД, расширение двигательного опыта обучающихся.

**1.3. Технологичность.** В данном уроке использую технологию разноуровневого обучения, здоровьесберегающие технологии, личностно-ориентированные, игровые, ИКТ, технологию коллективного сотрудничества.

**1.4. Апробация.** Моя методика проектирования урока физической культуры в свете требований ФГОС нового поколения прошла апробацию в МБОУ «СШ№40» и используются на протяжении последних пяти лет.

**1.5. Отзывы и оценка.** Итоги реализации данной методики были представлены и получили одобрение на круглом столе на тему «Современные педагогические технологии в преподавании физической культуры» с участием учителей физической культуры г. Хаген (Германия) в рамках обмена опытом, где Кудряшов В.М. представлял свой опыт использования игровых технологий на уроках физической культуры (2013 г), на мастер-классе по теме «Урок физической культуры как условие реализации требований ФГОС» в рамках семинара-практикума «Урок физической культуры в свете требований ФГОС» для учителей физической культуры г. Смоленска и Смоленской области (2015 г), на городском круглом столе «Современные аспекты деятельности учителя в рамках реализации ФГОС». Выступление по теме «Развитие двигательной активности на уроках физической культуры, как основа здорового образа жизни (2014), представление опыта работы по теме «Проектирование урока физической культуры в соответствии с требованиями ФГОС» на заседании городского методического объединения учителей физической культуры (2016), опыта работы также представлен на семинаре для учителей физической культуры Смоленской области по теме

«Формирование личностных и метапредметных результатов в рамках урока по ФГОС» для слушателей курсов повышения квалификации в СОИРО (г. Велиж) -2017 г..



В 2016 г. в рамках городского конкурса педагогического мастерства «Учитель физической культуры новой школы», где Кудряшов В.М. стал победителем, был представлен опыт проектирования, проведения и анализа урока в свете требований ФГОС.

В 2017 году данный опыт был представлен на региональном уровне (в рамках конкурса методических разработок педагогических работников Смоленской области, реализующих ФГОС, где Кудряшов В.М. стал победителем), а также на всероссийском уровне (в рамках Всероссийского конкурса «Учитель физической культуры – 2017», проводимом ФГАОУ ДПО «Академия повышения квалификации и профессиональной переподготовки работников образования» КГБУ ДПО «Алтайский краевой институт повышения квалификации работников образования», Кудряшов В.М. – победитель в номинации «Урок образовательно-обучающей направленности»).

## 2. Основная часть

### 2.1. Общие рекомендации.

Для формирования УУД технология проведения уроков каждого типа должна реализовать деятельностный метод обучения.

Системно-деятельностный подход выбран в качестве методологической основы стандартов общего образования нового поколения. Деятельностный подход – позиция, взгляд, точка зрения на способ преподавания, при котором учащийся усваивает культуру не путем простой передачи информации, а в процессе собственной учебной деятельности. Например, уроки «открытия» новых учебных знаний включает в себя следующие шаги:

#### 1) Мотивация к учебной деятельности.

Данный этап процесса обучения предполагает осознанное вхождение учащегося в пространство учебной деятельности по «открытию» новых учебных знаний. С этой целью организуется его мотивирование к учебной деятельности, а именно:

- актуализируются требования к нему со стороны учебной деятельности в соответствии с принятыми нормами («надо»);
- создаются условия для возникновения внутренней потребности включения в учебную деятельность («хочу»);
- устанавливаются тематические рамки («могу»).

#### 2) Актуализация и фиксирование затруднения в пробном учебном действии.

На данном этапе организуется подготовка учащихся к надлежащему фиксированию в пробном учебном действии.

Соответственно, данный этап предполагает:

- актуализацию изученных способов действий, достаточных для построения нового знания, их обобщение и знаковую фиксацию;
- самостоятельное выполнение пробного учебного действия;
- фиксирование учащимися затруднений в выполнении или обосновании пробного учебного действия.

#### 3) Выявление места и причины затруднения.

На данном этапе учитель организует выявление учащимися места и причины затруднения. Для этого учащиеся должны:

- восстановить выполненные операции и зафиксировать (в речи и знаково) место – шаг, операцию, – где возникло затруднение;
- соотнести свои действия с используемым способом (алгоритмом, понятием и т.д.), и на этой основе выявить и зафиксировать в речи причину затруднения, те конкретные универсальные знания, которых недостает для решения поставленной задачи и задач такого типа вообще.

#### 4) Построение проекта выхода из затруднения (цель, план, способ, средства).

На данном этапе учащиеся в коммуникативной форме обдумывают ход

будущих учебных действий: ставят цель (целью всегда является устранение возникшего затруднения), строят план достижения цели, выбирают способ и средства. Этим процессом руководит учитель (подводящий диалог, побуждающий диалог и т.д.)

5) Реализация построенного проекта.

На данном этапе осуществляется реализация построенного проекта. Полученное универсальное учебное действие фиксируется в языке вербально и знаково в форме эталона. Далее построенный способ действий используется для решения исходной задачи, вызвавшей затруднение, уточняется общий характер нового знания и фиксируется преодоление возникшего ранее затруднения. В завершение, организуется рефлексия выполненной работы и намечаются следующие шаги, направленные на усвоение нового УУД.

6) Первичное закрепление с проговариванием во внешней речи.

На данном этапе учащиеся решают типовые задания на новый способ действий с проговариванием алгоритма вслух.

7) Самостоятельная работа с самопроверкой по эталону.

При проведении данного этапа используется индивидуальная форма работы: учащиеся самостоятельно выполняют изучаемое УУД и осуществляют его самопроверку, пошагово сравнивая с эталоном.

В завершение, организуется рефлексия хода реализации контрольных процедур. Эмоциональная направленность этапа состоит в организации для каждого ученика ситуации успеха, мотивирующей его к включению в дальнейшее освоение знаний.

8) Включение в систему знаний и повторение.

На данном этапе уточняются существенные особенности новых знаний и действий, его роль и место в системе изученных учебных действий.

9) Рефлексия учебной деятельности на уроке (итог урока).

На данном этапе фиксируется изученное действие, организуется рефлексия и самооценка учениками собственной учебной деятельности. В завершение, соотносятся поставленная цель и результаты, фиксируется степень их соответствия и намечаются дальнейшие цели деятельности.

Такие уроки в полной мере решают вопросы по формированию не только предметных учебных знаний, но и всех видов УУД.

Проанализировав деятельность учащихся на каждом этапе урока, можно выделить те универсальные учебные действия, которые формируются при правильной организации деятельности учащихся, а также те методы, приёмы, средства обучения, формы организации деятельности учащихся, которые способствуют формированию УУД. Результаты данного анализа демонстрирует таблица «Формы организации учебной деятельности, направленные на формирование УУД»

## 2.2. Формы организации учебной деятельности на уроке, направленные на формирование УУД

| <i>Этапы урока</i>   | <i>Формируемые универсальные учебные действия</i>                  | <i>Методы, приёмы, средства обучения; формы организации деятельности учащихся; педагогические технологии</i>   |
|--|--|--|
| 1. Мотивация к учебной деятельности.                                       | Личностные   | Эмоциональный настрой  |
| 2. Актуализация и фиксирование затруднения в пробном учебном действии.     | Познавательные<br>Коммуникативные<br>Регулятивные<br>Личностные    | Постановка проблемного вопроса, организация проблемной ситуации  |
| 3. Выявление места и причины затруднения.                                  | Познавательные,<br>Регулятивные<br>Коммуникативные<br>Личностные   | Проблемный диалог, технология проблемного обучения   |
| 4. Построение проекта выхода из затруднения (цель, план, способ, средства) | Регулятивные,<br>Коммуникативные<br>Познавательные<br>Личностные   | Карта урока, интерактивные плакаты, презентация Проектная деятельность, задания типа: «Поставь вопросы, на которые ты знаешь ответы»   |
| 5. Реализация построенного проекта.  | Личностные,<br>Познавательные,<br>Регулятивные,<br>Коммуникативные | Проектная деятельность.<br>Частично поисковая, исследовательская деятельность<br>Проведение дидактических игр.<br>Работа с учебником, выполнение тренировочных заданий.<br>Работа с интерактивными тренажёрами.<br>Применение энциклопедий, словарей, справочников, ИКТ – технологий |
| 6. Первичное закрепление с проговариванием во внешней речи                 | Познавательные<br>Регулятивные,<br>Коммуникативные<br>Личностные   | Групповая, парная работа<br>Работа с учебником, выполнение тренировочных заданий.  |
| 7. Самостоятельная работа с самопроверкой по эталону.                      | Регулятивные<br>Личностные,<br>Познавательные                      | Используются самоконтроль, взаимоконтроль  |
| 8. Включение в систему знаний и повторение.                                | Познавательные,<br>Коммуникативные<br>Личностные                   | Групповая, парная работа<br>взаимопомощь, работа по памяткам   |
| 9. Рефлексия учебной деятельности на уроке (итог урока).                   | Коммуникативные<br>Личностные<br>Познавательные                    | Самоанализ, самооценка<br>Приёмы «ладошка», смайлики, карты обратной связи и т.д.  |



### 2.3. Действия учителя, позволяющие сформировать универсальные учебные действия

Можно придерживаться следующих правил:

- ✓ учитель, создавая проблемную ситуацию, обнаруживая противоречивость или недостаточность знаний, вместе с детьми определяет цель урока;
- ✓ учитель учит ребенка ставить цели и искать пути их достижения, а также решения возникающих проблем.
- ✓ перед началом решения составляется совместный план действий;
- ✓ учитель привлекает детей к открытию новых знаний. Они вместе обсуждают, для чего нужно то или иное знание, как оно пригодится в жизни;
- ✓ учитель учит детей тем навыкам, которые им пригодятся в работе с информацией - пересказу, составлению плана, способам эффективного запоминания, знакомит с разными источниками, используемыми для поиска информации. В ходе учебной деятельности развивается память и мышление детей;
- ✓ учитель и ребенок общаются с позиции сотрудничества; педагог показывает, как распределять роли и обязанности, работая в коллективе. При этом следует стараться включать каждого в учебный процесс, а также поощрять учебное сотрудничество между учениками, учениками и учителем. В совместной деятельности у учащихся формируются общечеловеческие ценности;
- ✓ учитель обучает детей приемам работы в группах, дети вместе с учителем исследуют, как можно прийти к единому решению в работе в группах, анализируют учебные конфликты и находят совместно пути их решения;
- ✓ учитель не сравнивает детей между собой, а показывает достижения ребенка по сравнению с его вчерашними достижениями;
- ✓ учитель учит разным способам выражения своих мыслей, искусству спора, отстаивания собственного мнения, уважения мнения других;
- ✓ учитель показывает и объясняет, за что была поставлена та или иная отметка, учит детей оценивать работу по критериям и самостоятельно выбирать критерии для оценки. Согласно этим критериям учеников учат оценивать и свою работу;
- ✓ учитель и ученики вместе решают возникающие учебные проблемы. Ученикам дается возможность самостоятельно выбирать задания из предложенных;
- ✓ учитель учит детей планировать свою работу и свой досуг.

## **2.4. Конспект урока по физической культуре для 4 класса МБОУ «СШ № 40» г. Смоленск**

**Руководитель:** учитель высшей категории Кудряшов Василий Михайлович

**Раздел учебной программы:** подвижные игры

**Тема:** комплексное развитие физических качеств.

**Тип урока:** игровой урок с образовательно – обучающей направленностью;

**Цель:** развитие двигательных умений и совершенствование физических качеств, определение понятий – «физические качества», «двигательное действие»

**Образовательная** (предметные результаты)

1. Определить значение понятий «физические качества», «двигательное действие».
2. Совершенствовать технику освоенных двигательных действий.
3. Развивать физические качества.

**Развивающая** (метапредметные результаты)

1. Развивать умение правильно и осознанно использовать специальную терминологию.
2. Развивать внимание, образное восприятие, ассоциативное мышление, память.
3. Развивать навыки контроля и самоконтроля, давать оценку своим двигательным действиям.
4. Развивать навыки работы с текстовым материалом.

**Воспитательная** (личностные результаты)

1. Воспитывать сознательную дисциплинированность, усердие и трудолюбие для достижения планируемых результатов.
2. Формировать соблюдение правил и норм техники безопасности.
3. Воспитывать самостоятельность, организованность, сотрудничество.

**Оздоровительная** (личностные результаты)

1. Формировать мотивацию к здоровому образу жизни.
2. Содействовать развитию и укреплению опорно-двигательного аппарата, сердечно сосудистой системы и дыхательной системы.
3. Формировать правильную осанку.

**Место проведения:** спортивный зал МБОУ СОШ №40

**Дата проведения:** 22.03.2017

**Инвентарь и оборудование:** гимнастические скамейки, обручи, барьеры, набивные мячи разного веса, скакалки, фишки(конусы), ноутбук, проектор.

| Содержание урока  | м<br>и<br>н | Организационно<br>методические указания<br>(деятельность учителя)   | Деятельность<br>учащихся  | Современная<br>технология |
|---|-------------|---|---|---------------------------|
| <b>Ориентировочно-мотивационный этап (14 минут)</b>   |             |   |   |                           |
| Дети входят в спортивный зал и садятся на скамейки, дежурный докладывает о готовности класса к занятию.   | 1           | Организованное начало урока. Проверка готовности обучающихся к уроку. <b>Слайд 1</b>  | Проверяют форму одежды, обувь, надевают на руки цветные манжеты.          | Интерактивная<br>беседа   |
| 1. <u>Мотивация учебной деятельности:</u><br>На магнитной доске расположены определения с обозначенными позициями:<br>- Я буду заниматься;<br>- Я готов заниматься;<br>- Я хочу заниматься. | 1           | Эмоциональный настрой. Определить значения понятий, предложить выбрать подходящий для каждого.<br><b>Слайд 2, 3, 4.</b>                       | Учащиеся распределяют магниты в соответствии с выбранной позицией.        |                           |
| 2. <u>Определение темы урока:</u><br>проверка домашнего задания:<br>по описанию и представленным картинкам узнать (ассоциировать) физические качества;                                      | 2           | Фронтальная беседа на актуализацию учебного материала.<br>Напомнить основные понятия физических качеств каждого из нас.<br><b>Слайд 5-10.</b> | Ассоциирование физических качеств по предлагаемым картинкам, по описанию. | Проблемный<br>диалог      |

|   |   |   |  |  |
|---|---|---|--|--|
| по представленным картинкам узнать (ассоциировать) двигательное действие;   | 2 | Совместно с обучающимися определить какие двигательные действия помогают развивать физические качества.<br><b>Слайд 11 - 15.</b>          | Отвечают на вопросы, уточняют понятия о ф. качествах и двигательных действиях.                           | Проблемный диалог                      |
| 3. <u>Определение цели и задач урока</u><br>Проговаривание обучающимися темы и цели урока   | 1 | Уточнить понимание обучающимися поставленной темы и задач урока. <b>Слайд 16</b>  | Совместно формулируют тему урока.  | Активная интеллектуальная деятельность |
| 4. <u>Разминка</u><br>Строевые упражнения, упражнения на коррекцию осанки:<br>ходьба и бег в чередовании различными способами передвижения.<br><br>комплекс общеразвивающих упражнений. (приложение 1).                         | 7 | <b>Слайд 17</b><br>Определить порядок движения.<br>Следить за темпом выполнения заданий<br><br>Следить за правильным выполнением заданий. | Самостоятельно контролируют темп движения и выполнение заданий<br>Используют гимнастическую терминологию | Здоровье-сберегающая                   |
| <b>Операционно-исполнительский этап (24 минуты)</b>   |   |   |  |  |
| 1. <u>Организация работы в малых группах</u><br>- определение порядка выполнения учебных заданий<br>Игра на развитие пространственной ориентации (перестроения обучающихся определенным способом согласно представленной схемы) | 2 | Организовать обучающихся<br>Деление учащихся на группы (по цветным манжетам на руках)<br><b>Слайд 18, 19, 20</b>                          | Совместное выполнение игровых заданий. Делятся на группы согласно  | Адаптивная дифференциация              |

|  |   |   |  |                      |
|--|---|---|--|----------------------|
|  |   |   | цветным манжетам.  |                      |
| <u>2. Работа в группах</u>   |   | Напомнить технику безопасности. Определить порядок движения   | Выполняют учебные задания. Поиск новых знаний.                                       | Групповой метод      |
| Задание 1: на развитие силы рук, быстроты, ловкости, выносливости. (приложение 2).                 | 6 | Акцентирование условий выполняемых действий в зависимости от усвоения пройденного материала.<br><b>Слайд 21</b> | Планируют свою деятельность на уроке   | Здоровье-сберегающая |
| Задание 2: на развитие координации, гибкости, быстроты, силы. (приложение 3).                      | 6 | Контролировать правильное выполнение учебных заданий.<br><b>Слайд 22</b>  | Самоконтроль обучающихся.  |                      |
| Задание 3: на развитие ловкости, быстроты выполняемых действий, выносливости. (приложение 4).      | 6 | Мотивации к получению знаний<br><b>Слайд 23</b>   | Совместное выполнение игровых заданий  |                      |
| Задание 4: на совершенствование изученных действий в условиях соревнований. (приложение 5).        | 3 | Повторение изученного материала в условиях соревнований   | Взаимопроверка и взаимоконтроль. Применение, закрепление знаний и способов действий. |                      |
| <u>3. Релаксация (восстановление)</u><br>Упражнения на расслабление и восстановление дыхания и ЧСС | 1 | Обучение занимающихся навыкам релаксации  | Учащиеся распределяются  | Здоровье-сберегающая |

|   |   |  |   |  |
|---|---|--|---|--|
|   |   |  | по спортивному залу и садятся на пол в произвольной позе, полностью расслабляясь и закрыв глаза на десять счётов.   |  |
| <b>Рефлексивно-оценочный этап (7 минут)</b>   |   |  |   |  |
| 1. <u>Итоговое повторение</u><br>Определение основных понятий физических качеств и двигательных действий каждого из нас.  | 2 | Фронтальная беседа с занимающимися. <b>Слайд 24,25</b><br>(дети сидят или стоят по кругу)  | Обсуждение работы в группе, повторение фундаментальных понятий  | Интерактивная беседа                                       |
| 2. <u>Рефлексия «я сам»</u><br>На магнитной доске расположены определения с обозначенными позициями:<br>сложные задания, было трудно их выполнять; было интересно, получилось, но не все; настроение замечательное, все получалось, мне было интересно. | 2 | Подведение итогов урока.<br>Выводы и предложения по поводу достижения цели урока.<br>Эмоциональная разрядка, позитивное взаимодействие.<br><b>Слайд 26, 27, 28</b> | Рефлексивная деятельность.<br>Высказывают свое мнение о своей работе.<br>Обобщение работы всего класса.<br>Учащиеся распределяют магниты в соответствии с выбранной позицией, | Метод позитивного взаимодействия<br><br>Оценивание успехов |

|  |   |  |  |  |
|--|---|--|--|--|
|  |   |  | обсуждают результат в получившихся группах и аргументировано озвучивают основное мнение.                                 |  |
| 3. <u>Выход на учебную задачу следующего урока</u><br>Создание условий для положительной мотивации к получению знаний.   | 1 | Определение дополнительного задания с учетом темы предстоящего занятия.  | Самостоятельная внеурочная работа.   | Интерактивная беседа                                   |
| 4. <u>Определение домашнего задания</u><br>Домашнее задание индивидуально: приготовить общеразвивающие упражнения на развитие силы и подвижности рук, гибкости туловища, на внимание.  | 1 | Разъяснение домашнего задания. <b>Слайд 29.</b>  | Развитие самостоятельного и творческого мышления.  | Активная самостоятельная интеллектуальная деятельность |
| Ассоциативная игра «Дождик»<br>Играющие располагаются произвольно возле ведущего по кругу.<br>Представьте, что вы идете по летнему скверу или парку. Светит солнце, у вас прекрасное настроение. И вдруг на небе появилась маленькая тучка. Вот уже упала одна капелька, другая. Дождик начинается усиливаться. Солнце почти скрылось за тучей. А дождь становится все сильнее. Еще немного и пойдет сильный | 1 | Провести игру.<br>Играющие, располагаются произвольно согнув руки в локтях, ладони раскрыты. Производят легкие удары пальцем одной руки по раскрытой ладони другой.<br>Повторяют действия ведущего. Поочередно | Развитие ассоциативного мышления.<br>Выполняют указания ведущего, повторяя движения в произвольном темпе.<br>Ассоциируют | Образное восприятие.                                   |

|   |   |  |  |
|---|---|--|--|
| летний дождь – ливень. Но, как все летние дожди он быстро закончился.<br>Вот и наше с вами занятие завершилось. | добавляя количество пальцев для удара о ладонь. В итоге - задействованы все пальцы и слышны аплодисменты. | удары пальцами одной руки о ладонь другой с каплями дождя.<br>Аплодисменты |  |
| 5. <u>Окончание учебного занятия.</u>   | <b>Слайд 30.</b><br>Урок окончен. До свидания.  | Организованный выход учащихся из спортивного зала.                         |  |

## 2.5. Технологическая карта урока по физической культуре для 4 класса МБОУ «СШ № 40» г. Смоленск

**Руководитель:** учитель высшей категории Кудряшов Василий Михайлович

**Раздел учебной программы:** подвижные игры

**Тема:** комплексное развитие физических качеств.

**Тип урока:** игровой урок с образовательно – обучающей направленностью;

**Цель:** развитие двигательных умений и совершенствование физических качеств, определение понятий – «физические качества», «двигательное действие»

**Образовательная** (предметные результаты)

4. Определить значение понятий «физические качества», «двигательное действие».
5. Совершенствовать технику освоенных двигательных действий.
6. Развивать физические качества.

**Развивающая** (метапредметные результаты)

5. Развивать умение правильно и осознанно использовать специальную терминологию.
6. Развивать внимание, образное восприятие, ассоциативное мышление, память.
7. Развивать навыки контроля и самоконтроля, давать оценку своим двигательным действиям.
8. Развивать навыки работы с текстовым материалом.

**Воспитательная** (личностные результаты)



4. Воспитывать сознательную дисциплинированность, усердие и трудолюбие для достижения планируемых результатов.
5. Формировать соблюдение правил и норм техники безопасности.
6. Воспитывать самостоятельность, организованность, сотрудничество.

**Оздоровительная** (личностные результаты)

4. Формировать мотивацию к здоровому образу жизни.
5. Содействовать развитию и укреплению опорно-двигательного аппарата, сердечно сосудистой системы и дыхательной системы.
6. Формировать правильную осанку.

**Место проведения:** спортивный зал МБОУ СОШ №40

**Дата проведения:** 22.03.2017

**Инвентарь и оборудование:** гимнастические скамейки, обручи, барьеры, набивные мячи разного веса, скакалки, фишки(конусы), ноутбук, проектор.

| <i>Деятельность обучающихся</i>                                  | <i>Деятельность учителя</i>   | <i>Планируемый результат деятельности обучающихся</i>                              |                                  |                                       |                               | <i>Современная технология</i> |
|--|---|--|----------------------------------|---------------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|
|  |   | <i>УУД</i>   |                                  |                                       |                               |                               |
| <i>Осуществляемые действия</i>                                   | <i>Осуществляемые действия</i>  | <i>Личностные</i>  | <i>Регулятивные</i>              | <i>Познавательные</i>                 | <i>Коммуникативные</i>        |                               |
| <b>Ориентировочно – мотивационный этап (14 минут)</b>            |   |  |                                  |                                       |                               |                               |
| Проверяют форму одежды, обувь, надевают на руки цветные манжеты. | Организованное начало урока. Проверка готовности обучающихся к уроку. Слайд 1 | Ориентация на выполнение моральных норм, регулирующих поведение в группе и классе. |                                  | Выполняют команды учителя и дежурного | Взаимодействуют друг с другом |                               |
| <b>1.Мотивация учебной деятельности:</b>                         | <b>1.Мотивация учебной деятельности:</b>                                      | Идентифицируют (осознают) свое   | Определяются в своем отношении к | Формулируют и обосновывают            | Осознанно и произвольно       | Интерактивная беседа          |

|  |  |   |  |   |   |  |
|--|--|---|--|---|---|--|
| Учащиеся распределяют магниты в соответствии с выбранной позицией.   | Эмоциональный настрой.<br>Определить значения понятий, предложить выбрать подходящий для каждого.<br>Слайд 2, 3, 4.  | мнение с предложенным                           | предстоящей деятельности   | собственное мнение                          | строят рассуждения  |  |
| <p><b>2. Определение темы урока:</b><br/>Ассоциирование физических качеств по предлагаемым картинкам, по описанию.</p> <p>Отвечают на вопросы, уточняют понятия о ф. качествах и двигательных действиях.</p> | <p><b>2. Определение темы урока:</b><br/>Фронтальная беседа на актуализацию учебного материала. Напомнить основные понятия физических качеств каждого из нас.<br/>Слайд 5 - 10.<br/>Совместно с обучающимися обсудить какие двигательные действия помогают развивать</p> | Обдумывают особенности предстоящей деятельности | Осуществляют самоконтроль совпадения своего мнения с ответами одноклассников | Сопоставляют свою точку зрения с выдвинутой | <p>Взаимодействуют друг с другом</p> <p>Договариваются и приходят к общему мнению</p> | <p>Проблемный диалог</p> <p>Активная интеллектуаль</p> |

|  |  |  |  |   |  |                           |
|--|--|--|--|---|--|---------------------------|
|  | физические качества.<br><b>Слайд 11 - 15.</b>  |  |  |   |  | ная деятельность          |
| <b>3. Определение цели и задач урока</b><br>Совместно формулируют тему урока.  | <b>3. Определение цели и задач урока</b><br>Подвести итог обсуждения обучающимся поставленной темы и задач урока.<br><b>Слайд 16</b>                         | Обдумывают особенности предстоящей деятельности                                    | Принимают и сохраняют учебную задачу                         | Делают выводы и определяют цель деятельности    | Строят понятные для собеседника высказывания, приходят к общему решению    | Здоровье-сберегающая      |
| <b>4.Разминка</b><br>Самостоятельно контролируют темп движения и выполнение заданий.<br>Используют гимнастическую терминологию | <b>4.Разминка</b><br><b>Слайд 17.</b><br>Определить порядок движения.<br>Следить за темпом выполнения заданий.<br>Следить за правильным выполнением заданий. | Ориентация на выполнение моральных норм, регулирующих поведение в группе и классе. | Осуществляют самоконтроль правильности выполнения упражнений | Выполняют упражнения правильно выполняя команды | Внимательно слушают учителя.<br>Взаимодействуют с учителем и друг с другом | Адаптивная дифференциация |
| <b>Операционно – исполнительский этап (24 минуты)</b>  |  |  |  |   |  |                           |
| <b>1. Организация работы в малых группах</b><br>Совместное выполнение  | <b>1. Организация работы в малых группах</b><br>Организовать обучающихся   | Обдумывают особенности своей деятельности в составе группы.                        | Оценивают правильность выполнения                            | Визуально воспринимают информацию.              | Взаимодействуют друг с другом.   | Адаптивная дифференциация |

|  |  |  |  |   |   |                      |
|--|--|--|--|---|---|----------------------|
| игровых заданий.<br>Делятся на группы согласно цветным манжетам.                                   | Деление учащихся на группы (по цветным манжетам на руках).<br>Слайд 18, 19, 20.<br>Напомнить технику безопасности.   |  | игровых заданий.   |   |   |                      |
| <b>2. Работа в группах</b><br>Выполнение заданий: 1, 2, 3.<br>Планируют свою деятельность на уроке | <b>2. Работа в группах</b><br>Выполнение заданий: 1, 2, 3.<br>Акцентирование условий выполняемых действий в зависимости от усвоения пройденного материала.<br>Слайд 21 | Уметь осваивать и повторять технику игровых действий самостоятельно, выявлять и устранять типичные ошибки. | Вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе оценки и учета сделанных ошибок. | Формируют мыслительные операции по каждому из предложенных заданий. | Организовывают совместную деятельность.             | Групповой метод      |
| Самостоятельная работа обучающихся.<br>Поиск новых знаний.   | Контролировать правильное выполнение учебных заданий.<br>Слайд 22.   | Быть тактичным и уважительным во время игры.   | Самоконтроль выполнения действий игры.   | Понимают и воспринимают на слух словесные указания учителя.         | При наличии неясностей вступают в диалог с учителем | Здоровье-сберегающая |

|   |   |   |                                       |   |                                    |                             |
|---|---|---|---------------------------------------|---|------------------------------------|-----------------------------|
| <p>Взаимопроверка и взаимоконтроль.</p> <p>Выполнение задания на совершенствование изученных действий в условиях соревнований. Применение, закрепление знаний и способов действий.</p>                          | <p>Мотивации к получению знаний.<br/>Слайд 23.</p> <p>Повторение и закрепление изученного материала.</p>  |   |                                       |   |                                    | <p>Здоровье-сберегающая</p> |
| <p><b>3.Релаксация (восстановление)</b><br/>Учащиеся распределяются по спортивному залу и садятся на пол в произвольной позе, полностью расслабляясь и закрыв глаза, выполняют упражнение на десять счётов.</p> | <p><b>3.Релаксация (восстановление)</b><br/>Обучение занимающихся навыкам релаксации. Провести упражнение на расслабление и восстановление дыхания.</p> | <p>Уметь виртуально представлять образы</p> | <p>Самоконтроль понимания задания</p> | <p>Формировать мыслительные ассоциации (образы) согласно предлагаемым заданиям.</p> | <p>Внимательно слушают учителя</p> | <p>Здоровье-сберегающая</p> |

**Рефлексивно – оценочный этап (7 минут)**

|  |  |  |  |   |   |   |
|--|--|--|--|---|---|---|
| <p><b>1.Итоговое повторение</b><br/>Обсуждение работы в группе, повторение фундаментальных понятий.</p>  | <p><b>1. Итоговое повторение</b><br/>Фронтальная беседа с занимающимися.<br/><b>Слайд 24, 25</b><br/>(дети сидят или стоят по кругу).</p>  | <p>Формирование границ собственного знания и «незнания».</p>   | <p>Понимают и сохраняют учебную задачу</p>   | <p>Умение структурировать свои знания.</p>                  | <p>Взаимодействие с учителем и обучающимися</p> | <p>Интерактивная беседа</p>             |
| <p><b>2. Рефлексия «я сам»</b><br/>Рефлексивная деятельность. Высказывают свое мнение о своей работе. Обобщение работы всего класса. Учащиеся распределяют магниты в соответствии с выбранной позицией, обсуждают в получившихся группах мнения и аргументировано озвучивают основное.</p> | <p><b>2. Рефлексия «я сам»</b><br/>Подведение итогов урока. Выводы и предложения по поводу достижения цели урока. Эмоциональный разрядка, позитивное взаимодействие.<br/><b>Слайд 26, 27, 28</b></p> | <p>Определение обучающимися значения своей деятельности.<br/><br/>Оценивание учащимися своих действий.</p> | <p>Соотнесение поставленных задач с достигнутыми.<br/><br/>Сравнение эмоционального настроения с исходным.</p> | <p>Рефлексия выполненных действий, их контроль и оценка</p> | <p>Оценка действий партнеров, самооценка.</p>   | <p>Метод позитивного взаимодействия</p> |

|   |  |   |  |   |   |                             |
|---|--|---|--|---|---|-----------------------------|
| <p><b>3. Выход на учебную задачу следующего урока.</b><br/>Самостоятельная внеурочная работа.</p>     | <p><b>3. Выход на учебную задачу следующего урока.</b><br/>Определение дополнительного задания с учетом темы предстоящего занятия.</p> | <p>Осмысление необходимости самостоятельных занятий.<br/><br/>Осознавать необходимость домашнего задания.</p> | <p>Воспринимать предложения учителя по подготовке к предстоящему занятию.<br/>Умение работать с книгопечатными и интернет ресурсами.</p> | <p>Умение самостоятельно выполнять поиск и обработку учебного материала.<br/>Умение анализировать выполненную работу.</p> | <p>Взаимодействие с родителями и одноклассниками.</p> | <p>Оценивание успехов</p>   |
| <p><b>4. Определение домашнего задания.</b><br/>Развитие самостоятельного и творческого мышления.</p> | <p><b>4. Определение домашнего задания.</b><br/>Разъяснение домашнего задания.<br/><b>Слайд 29.</b></p>                                | <p>Уметь осваивать и повторять технику игровых действий</p>   | <p>Умение регулировать свои эмоции</p>   | <p>Умение ассоциировать себя с воображаемыми картинками.</p>  | <p>Взаимодействие с родителями и одноклассниками.</p> | <p>Интерактивная беседа</p> |

|   |   |  |  |  |   |  |
|---|---|--|--|--|---|--|
| <p><b>5. Окончание учебного занятия.</b><br/>Ассоциативная игра</p> | <p><b>5. Окончание учебного занятия.</b><br/>Провести игру: «дождик».<br/>Слайд 30.</p> |  |  |  | <p>Взаимодействие с учителем и друг с другом.</p> | <p>Активная интеллектуальная деятельность.<br/><br/>Здоровье-сберегающая</p> |
| <p>Организованный выход учащихся из спортивного зала.</p>           |   |  |  |  |   |  |

**2.6. Презентация к уроку и видео проведенного занятия:**

<https://drive.google.com/drive/folders/101Zlxd2uH1NDaxADs2FiCJXsL4rBCI6s>

**2.7. Приложения к уроку.**

*Приложение 1.*

*Комплекс упражнений разминки к уроку физической культуры*

*Раздел учебной программы: подвижные игры*

*Тема урока: комплексное развитие физических качеств*

*Руководитель: учитель высшей категории Кудряшов Василий Михайлович*



1. Обучающиеся строятся в одну шеренгу.
2. По команде выполняют поворот налево (направо).
3. По команде «шагом марш!» начинают движение по залу за направляющим.

4. Ходьба:

- обычная;
- на носках, руки на поясе;
- на пятках, руки за головой;
- на внешнем своде стопы, руки за спиной взятые за локти;
- в полуприсяде, руки на коленях;
- полной присядью, руки на коленях;
- обычный шаг.

5. Бег:

- обычный;
- с высоким подниманием бедра;
- обычный;
- с захлёстыванием голени;
- обычный.

6. приставной шаг:

- правым боком в полуприсяде с имитацией ведения баскетбольного мяча левой рукой;
- левым боком в полуприсяде с имитацией ведения баскетбольного мяча правой рукой;

Обычный бег с переходом на движение шагом. Упражнение на восстановление дыхания.

Подвижная игра «Построй фигуру» (игра на ориентацию в пространстве и развитие образного мышления):

Детям заранее розданы цветные манжеты, которые они надевают на руки.

На экране (или на предлагаемой картинке) показана геометрическая фигура с чередованием разноцветных кружков.

Нужно построиться на площадке имитируя предлагаемый рисунок. Один цветной кружок – это один участник игры с

манжетами соответствующего цвета. Необходимо выполнить перестроение как можно быстро, соблюдая очередность цветных кружков и сохраняя правильные линии основной фигуры. После того, как первая фигура построена для продолжения игры предлагается новая фигура.

В ходе игры можно провести общеразвивающие упражнения.

#### *Общеразвивающие упражнения*

Отведение вертикально поставленных рук назад.

И.П. – стойка ноги врозь, правая рука вверх, левая вниз пальцы сжаты в кулак.

1 – 2 отведение прямых рук назад,

3 – 4 то же сменив положение рук.

Круговые движения руками.

И.П. – стойка ноги врозь, руки к плечам.

1 – 4 круговые движения согнутыми руками (локтями) сверху вперед, вниз, назад и вверх,

5 – 8 круговые движения согнутыми руками (локтями) сверху назад, вниз, вперед и вверх.

#### *«Мельница»*

И.П. – широкая стойка ноги врозь, наклон вперед, руки в стороны.

1 – правая рука вниз, левая – назад и вверх,

2 – левая рука вниз, правая назад и вверх,

3 – правая рука вниз, левая – назад и вверх,

4 – левая рука вниз, правая назад и вверх.

#### *«Выпады»*

И.П. – широкий шаг правой ногой вперед согнув ногу в колене, левая – прямая сзади.

1 – 3 пружинистые движения полуприсяда,

4 – прыжком выполнить смену положения ног.

Восстановление дыхания

И.П. – стойка ноги врозь.

1 – 4 поднимая руки через стороны вверх выполнить вдох, задержать дыхание,  
5 – 8 опуская руки через стороны вниз выполнить выдох.

Наклоны вперед

И.П. – упор сидя сзади, ноги широко врозь.

1 – 3 «пружинистые» наклоны вперед, руки вперед,  
4 – И.П.

Восстановление дыхания

И.П. – упор сидя сзади, ноги врозь.

1 – 4 поднимая руки через стороны вверх выполнить вдох, задержать дыхание,  
5 – 8 опуская руки через стороны вниз выполнить выдох.

«Педальки»

И.П. – руки вперед слегка согнуты в локтях, ноги врозь.

1 – носок правой ноги от себя, левой – на себя,  
2 – носок левой ноги от себя, правой – на себя,  
3 – носок правой ноги от себя, левой – на себя,  
4 – носок левой ноги от себя, правой – на себя.

Восстановление дыхания:

И.П. – упор сидя сзади, ноги врозь.

1 – 4 выполнить вдох, задержать дыхание,  
5 – 8 выполнить выдох.

*Приложение 2.*

*Задание № 1. Выполните упражнения:*

Упражнение 1.

Выполнить подтягивания на низкой перекладине в положении «вис лежа»: мальчики – 7 раз; девочки – 5 раз,

затем подойти к гимнастической лестнице и выполнить следующее упражнение. (перейти к упр.2)

### Упражнение 2.

Залезть по гимнастической лестнице и передвигаясь в сторону, поочередно переставляя ноги и перехватом рук перебраться на соседнюю лестницу, спуститься по ней вниз на скамейку. (перейти к упр.3)

### Упражнение 3.

Пройти по скамейке, сохраняя равновесие до следующей лестницы, и повторить Упражнение 2, спуститься вниз, не спрыгивая, и присесть на исходную скамейку.

### *Условия выполнения:*

Выполнять задание поочередно! (одно за другим)

Каждый следующий приступает к выполнению задания только после того, как предыдущий закончит и освободит место для подтягивания.

При подтягивании - руки разгибаются полностью, туловище не прогибается, ноги выпрямленные упираются в стенку;

При лазании – ноги переставлять приставным шагом, руки перехватывать одна за другой (не скрещивая);

Двигаясь по скамейке, сохранять равновесие, не торопиться!

*Все упражнения выполнять один раз!*

### *Приложение 3.*

*Задание № 2. Выполните упражнения:*

### Упражнение 1.

Выполнить прыжки через скакалку: мальчики – 10 раз; девочки – 10 раз. (перейти к упр. 2)

### Упражнение 2.

Подлезть под полукруглый барьер, встать, взять малый обруч и пролезть через него. Подойти к следующему барьеру и повторить упражнение еще раз, продолжая до последнего барьера. (перейти к упр.3)

### Упражнение 3.

Подойти к скамейке, лечь на нее лицом вниз, взяться вытянутыми руками за края и выполнять подтягивания по всей длине скамейки. Встать и, подойдя к исходной скамейке, сесть.

*Условия выполнения:*

Выполнять задание поочередно! (одно за другим)

Каждый следующий приступает к выполнению задания только после того, как предыдущий закончит прыжки через скакалку.

При лазании сохранять дистанцию в два барьера.

Стараться не задевать барьеры, обручи класть аккуратно, не бросая их.

Выполняя подтягивания, стараться ноги удерживать на вису.

По окончании сесть на исходную скамейку.

Упражнения выполнять правильно и быстро, без спешки.

*Все упражнения выполнять один раз!*

### *Приложение 4.*

*Задание № 3. Выполните упражнения:*

#### Упражнение 1.

Выполнить перенос набивного мяча на расстояние 3 – 4 м, из одного обруча в другой. (перейти к упр.2)

#### Упражнение 2.

Выполнить быстрый бег «змейкой» вокруг расставленных конусов (фишек), перейти к упр.3)

#### Упражнение 3.

Подойти к лежащему на полу обручу, взять и пролезть сквозь него.

По окончании сесть на исходную скамейку.

*Условия выполнения:*

Выполнять задание поочередно, парами!

Каждая следующая пара приступает к выполнению задания только после того, как предыдущая закончит переноску мячей.

Бег «змейкой» начинает тот, кто раньше закончит переноску мячей.

Сохранять дистанцию в 4 - 5 конусов.

Стараться не задевать конусы, обручи класть аккуратно, не бросая их.

По завершении сесть на исходную скамейку.

*Все упражнения выполнять один раз!*

*Приложение 5.*

*Задание 4: совершенствование изученных действий в условиях соревнований.*

Играющиеся строятся в три колонны.

Эстафета 1. «Гонка мячей над головой»

Перед командой игроков на площадке лежит «набивной» мяч весом 1 кг.

По сигналу ведущего первый берет мяч руками и передает его назад над головой в руки стоящего за ним. Следующий игрок берет мяч и передает его таким же способом назад следующему участнику. Передача мяча выполняется до последнего стоящего в колонне игрока. Игрок, получивший мяч последним в колонне бежит сбоку строя, становится вперед и начинает эстафету сначала. Вся команда делает шаг назад. Игра продолжается до тех пор, пока начинавший эстафету игрок снова не окажется первым.

*Условия игры:*

Нельзя бросать мяч передавая его назад. Если мяч выпал из рук, его нужно поднять и продолжать эстафету с того же места, где произошла потеря мяча.

Побеждает команда, в которой все игроки, поменявшись местами снова окажутся на своих местах, а первым будет стоять игрок начинавший эстафету.

Эстафета 2. Комплексное совершенствование изученных действий.

Перед игроками расставлен в определенном порядке спортивный инвентарь. По сигналу ведущего участники поочередно выполняют предложенные задания. Соблюдают технику безопасности и условия выполнения отдельных заданий.

Эстафета заключается в поочередном прохождении всеми участниками всех игровых заданий:

- взять «набивной» мяч из лежащего на площадке обруча и перенести его в другой, не выронив его;
- выполнить бег «змейкой» между расставленными на расстоянии конусами;
- взять малый обруч и «пролезть» сквозь него;
- преодолеть подлезанием первый барьер, затем взять большой обруч и «пролезть» сквозь него, подлезть под второй барьер;
- подбежать к гимнастической скамейке лечь на неё лицом вниз и держа ноги на весу выполняя подтягивания руками проползти до конца скамейки;
- добежать до команды и касанием рукой руки впереди стоящего игрока, передать эстафету следующему участнику.

Второй и следующие за ним игроки выполняют задания эстафеты в обратном порядке, начиная с лазания или с переноса мяча, в зависимости от того как закончит выполнение предыдущий участник.

Мяч класть в обруч, расположенный на площадке так, чтобы он не выкатился из него, если это произошло, то необходимо повторить попытку положить мяч. Конусы оббегать, не задевая их и не перепрыгивая через них. Обруч класть быстро и аккуратно, не бросать. Сбитые барьеры поправляет и ставит на место игрок выполняющий эстафету. Выполняя лазание по скамейке стараться не касаться ногами площадки. Передав эстафету и пробежав справа вдоль команды встать в её конец. Лучшей признается команда, выполнившая все задания эстафеты и с наименьшими ошибками раньше других.

## **2.8. Педагогический самоанализ урока физической культуры учителя физической культуры высшей категории Кудряшова Василия Михайловича**

### **Общие сведения:**

Раздел учебной программы: **подвижные игры**

Тема урока: **комплексное развитие физических качеств**

Тип урока: **игровой урок с образовательно – обучающей направленностью**

Цель учебного занятия: **развитие двигательных умений и совершенствование физических качеств, определение понятий – «физические качества», «двигательное действие»**

Место проведения: **спортивный зал МБОУ «СШ№40» г. Смоленска**

Класс: **4**

Количество обучающихся по списку: **22 человека, занимались - 22 человека**

Дата проведения: **22.03.2017**

Продолжительность урока: **45 минут**

### **Характеристика класса**

По состоянию здоровья, обучающиеся имеют основную и подготовительную медицинскую группу. Противопоказаний по допуску к занятиям физической культурой не имеют. Физическое и морфофункциональное развитие соответствует данному возрасту. Обучающиеся обладают знаниями и умениями, необходимыми для выполнения предлагаемых заданий. В соответствии возрасту занимающиеся подвижны, эмоциональны и коммуникативны. По результатам выполненных учебных нормативов имеют достаточный и оптимальный уровень физической подготовленности. Психологическая атмосфера в коллективе устойчивая, нет явных лидеров и аутсайдеров. Есть занимающиеся в спортивных секциях, проводимых на базе школы, а также посещающие тренировочные занятия в ДЮСШ. Занятия физической культурой посещают с желанием и интересом. Обучающиеся, временно ограниченные в физических нагрузках после перенесенных заболеваний присутствуют на занятии в спортивной форме и обуви, привлекаются для организации учебного процесса и выполняют учебные задания по мере своих возможностей.

### **Подготовленность к уроку**

Для организации работы и большей наглядности я использовал информационно – коммуникационные технологии(ИКТ). Для эффективного использования времени учебного занятия мной составлен конспект, который соответствует форме и содержанию урока, возрастным особенностям



обучающихся, условиям проведения занятия. Конспект разработан в соответствии с ФГОС, рабочей программой по физической культуре и календарно-тематическим планированием. Форма составления конспекта соответствует необходимым требованиям.

Место проведения урока подготовлено заранее. Спортивный зал проветрен, подготовлен спортивный инвентарь. Необходимый дидактический материал, оборудование и инвентарь установлено и расставлено с учетом планируемых мест занятия, соответствует уровню сложности учебных заданий и подготовленности обучающихся. Используемые средства ИКТ расположены на достаточном расстоянии от мест занятия, не мешают проведению урока и способствуют оптимальному ходу учебного процесса. Соблюдены необходимые санитарно-гигиенические условия проведения урока, обеспечены условия техники безопасности.

Решаемые на занятии задачи взаимосвязаны с изученным ранее материалом и направлены на развитие у обучающихся универсальных учебных действий(УУД). Предметные (образовательные) - на формирование правильно выполнять учебные задания, определения понятий **«физические качества»**, **«двигательное действие»**, на развитие устойчивого интереса к здоровому образу жизни. Метапредметные (развивающие) – на развитие двигательных действий, внимания, образного мышления, памяти. А также на развитие навыков самоконтроля и взаимоконтроля, навыков работы с текстовым материалом. Личностные (воспитательные, оздоровительные) – на соблюдение правил техники безопасности и норм поведения, на воспитание сознательной дисциплины, усердия и трудолюбия, самостоятельности, организованности и сотрудничества. Оздоровительной направленности – на развитие опорно – двигательного аппарата, повышения функциональных возможностей организма, развитие интереса к здоровому образу жизни. Планируемые действия предполагают достижение поставленной цели урока. Задачи урока поставлены корректно, соответствуют плану и комплексной программе по физическому воспитанию для учащихся 1-11 классов (В.И. Лях).

Распределение времени по этапам урока проведено планомерно в соответствии с увеличением двигательной нагрузки, оптимизировано для достижения положительного результата. Учебный материал изложен точно и грамотно, дозировки физических упражнений адаптированы и дифференцированы для данной группы занимающихся.

### **Организация урока** **Ориентировочно – мотивационный этап**

Для своевременного начала урока занимающиеся пришли в спортивный зал заранее в спортивной форме одежды и обуви, соответствующей месту и времени проведения учебного занятия и разместились на гимнастических скамейках. Урок начался своевременно, по звонку. Дежурный доложил о готовности к уроку. В начале ориентировочно – мотивационного этапа в

необычной форме был определен эмоциональный настрой занимающихся, который способствовал их мотивированию на предстоящую работу на уроке. В двухстороннем диалоге обучающиеся совместно со мной сформулировали тему предстоящего занятия. В ходе интерактивной беседы на актуализацию учебного материала уточнили понимание темы и поставленной цели урока, а также определили задачи и пути их решения, направленные на совершенствование двигательных умений и развитие физических качеств. Осознанное восприятие предстоящей работы способствовало оптимальному режиму работы и развитию у занимающихся универсальных учебных действий(УУД).

Упражнения разминки проходили в игровой форме в режиме здоровьесбережения. Использование средств ИКТ способствовало развитию образного мышления и ассоциативного восприятия предложенных заданий. После выполненных общеразвивающих упражнений было проведено задание на восстановление дыхания, имеющую немаловажную оздоровительную задачу - развитие дыхательной мускулатуры.

### **Операционно – исполнительский этап**

Занимающиеся в игровой форме были разделены на группы, определены места занятий и способы передвижения. Напоминание о правилах поведения и соблюдения техники безопасности способствовало организованному выполнению учебных заданий. Предложенный материал подобран с учетом возраста, ранее полученных знаний, подготовленности обучающихся и адаптирован для создания оптимального режима работы.

Для повышения моторной плотности урока мною были использованы основные принципы организации деятельности обучающихся:

- оптимизация деятельности на учебном занятии,
- принцип от простого к сложному,
- наглядность и доступность учебного материала,
- учтены индивидуальные особенности каждого ученика.

Подобранные задания направлены на саморазвитие, взаимопомощь и развитие коммуникативности занимающихся. Доброжелательный тон, взаимопонимание, содействие ученику в разрешении поставленной задачи способствовали созданию условий успешного выполнения учебных заданий.

На протяжении всего занятия я выбирал места для наблюдения за занимающимися, показа физических упражнений и ведения диалога с обучающимися так, чтобы меня видели и слышали все присутствующие, что способствовало рациональной организации урока. Для наглядности я излагал учебный материал в доступной для данного возраста форме, дополняя разъяснения показом, используя средства ИКТ. Весь процесс обучения проходил в режиме здоровьесбережения и адаптивной дифференциации. Постоянный контроль за действиями занимающихся позволил мне своевременно вносить коррективы в ход урока. Индивидуальная работа с обучающимися была

направлена на преодоление ими трудностей при выполнении двигательных действий.

Для закрепления полученных знаний и развития двигательных действий, занимающиеся в соревновательной форме, совершенствовали свои физические возможности. В завершение операционно – исполнительского этапа, применяя технологию здоровьесбережения, мной было проведено упражнение на расслабление и восстановление с элементами релаксации и развитие образного мышления.

### **Рефлексивно – оценочный этап**

Рефлексивно – оценочный этап направлен на совместный анализ всех выполненных действий, а также на повторение основных понятий **«физические качества»**, **«двигательное действие»**, о здоровье и физическом развитии каждого из нас. Подводя итоги урока, совместно с обучающимися были отмечены наиболее успешные моменты урока, названы возникшие сложности и способы их решения. Интерактивная беседа и обсуждение проделанной работы позволили сравнить поставленную цель и задачи урока с полученным результатом. В итоге, занимающиеся правильно формулировали и сопоставляли понятия о физических качествах и двигательных действиях. У обучающихся сложилось позитивное мнение о необходимости занятий физической культурой для укрепления своего здоровья и получения новых знаний о физическом развитии. Важно отметить, что проделанная работа на уроке положительно отразилась на эмоциональном фоне занимающихся.

Проведенная ассоциативная игра позволила перевести занимающихся из состояния повышенной функциональной активности к исходной норме. А итоговая рефлексия позволила наглядно сравнить предполагаемый результат с достигнутым. Всем учащимся было дано задание для самостоятельного изучения. Учебное занятие было закончено своевременно. Урок был проведен в полном соответствии с конспектом.

### **Общее заключение по уроку**

В процессе занятий были использованы игровые технологии обучения, разнообразные текстовые задания, направленные на формирование предметных, метапредметных и личностных результатов. Перестроения выполнялись в игровой форме, расположения мест для занимающихся были рациональны и целесообразны. Организация детей на уроке осуществлялась с помощью фронтального, группового и поточного метода (интерактивная беседа, проведение ОРУ, выполнение заданий на развитие и совершенствование физических качеств). Предложенные групповые задания предполагали взаимодействие обучающихся направленные на развитие коммуникативности, осуществление взаимоконтроля и совместного поиска решения предложенных заданий, на развитие УУД. Учебные задания подобраны с учетом возрастных

особенностей и физической подготовленности занимающихся. Сложности в восприятии учебного материала у некоторых обучающихся возникали из-за применения специальной терминологии и были успешно преодолены после дополнительного индивидуального разъяснения.

Задачи, поставленные на уроке, решались в рациональной последовательности и были выполнены полностью. Правильно применяемые средства физического воспитания, дозировка упражнений обусловили оздоровительную направленность урока.

Хорошая подготовленность к уроку, подготовка подробного конспекта, мест занятий, правильная организация урока на всем его протяжении (с учетом техники безопасности), умение управлять классом, своевременно корректировать действия учащихся на уроке, умение правильно излагать учебный материал, знание терминологии, культура общения, корректность, вежливость и аккуратность позволило мне эффективно использовать время учебного занятия. Применяемые современные методы и технологии обучения, средства ИКТ способствовали динамичности урока и мотивационного настроя, позитивной эмоциональности обучающихся.

Цель учебного занятия достигнута, задачи урока были успешно реализованы.

### **3. Заключение**

Современные условия жизни и трудовой деятельности предъявляют повышенные требования к реализации личности в социуме и конкурентоспособности профессионалов на рынке труда.

На сегодняшний день характерной чертой современной концепции физического воспитания является смещение акцента в сторону повышения образовательной направленности, как определяющего условия успешного формирования физической культуры личности школьника. Решая задачи физического воспитания, преподаватель должен ориентировать свою деятельность на такие важные компоненты, как воспитание ценностных ориентаций, на физическое и духовное совершенствование личности, формирование потребностей и мотивов к систематическим занятиям физическими упражнениями и физической культурой в целом, воспитание моральных и волевых качеств, формирование гуманистических отношений, приобретение опыта общения обучающихся.

Данная методическая разработка направлена на помощь учителям физической культуры при проектировании современного урока. Включает в себя содержание о описание теоретических и практических рекомендаций по подготовке урока физической культуры в соответствии с ФГОС при составлении

конспекта урока и технологической карты учебного занятия и направлена на решение следующих основных задач физического воспитания в школе:

- укрепление здоровья, содействие нормальному физическому развитию;
- развитие двигательных способностей;
- обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- приобретение необходимых знаний в области физической культуры, спорта и навыков здорового образа жизни;
- воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями;
- содействие воспитанию нравственных и волевых качеств;
- развитие личностных ресурсов посредством формирования УУД.

В основу рекомендаций заложен многолетний положительный опыт работы с обучающимися 1-11 классов по предмету «Физическая культура».

Источником практического опыта послужила планомерная работа в течение многих периодов обучения, направленная на развитие физических качеств и совершенствование двигательных умений.

Представленная методическая разработка может быть использована учителями физической культуры при подготовке к урокам в рамках внедрения ФГОС нового поколения.

#### **4. Список источников**

1. Проектируем урок, формирующий универсальные учебные действия / Г.Л. Копотеева, И.М. Логвинова. - Волгоград, : Учитель, 2013. – 99 с.
2. Современный урок в условиях реализации требований ФГОС. 1-11 классы / В.М. Петруленков.- М.: ВАКО, 2015. – 112 с.  
(Современная школа: управление и воспитание).