**Технологическая карта урока**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Этап урока** | **Обучающие и развивающие компоненты, задания и упражнения** | **Деятельность учителя** | **Деятельность учащихся** |
| 1.Мотивация к учебной деятельности -12 мин | Организованный вход в спортзал. Построение в одну шеренгу, расчет по порядку, приветствие.  Подготовка к изучаемому материалу.  - Посмотрите, с какими вы сегодня будете работать предметами.  В руке у меня (учитель показывает).  Дети: «Теннисный мяч».  -Значит мы будем сегодня…  Дети: «Метать».  -Правильно, мы будем метать.  -Какие виды метания вы знаете? Дети: «Метание на дальность, в цель». -Мы в спортивном зале. Какой вид метания применим в спортивном зале? -Верно, метание в горизонтальную и вертикальную цель. Давайте назовем тему урока.  - С чего необходимо начинать урок?  Дети: «С разминки»  - Для чего необходимо проводить разминку в начале урока?  Дети: «Чтобы подготовить организм к предстоящей работе».  -Молодцы! Итак, чтобы начать, мы должны также вспомнить «Правила безопасного поведения в спортивном зале».  Разминка с мячом в руках в обход по залу *(упражнения для профилактики плоскостопии и формирования правильной осанки):*  ***Ходьба:***  - на носках, руки с мячом вверх.  - на пятках, руки с мячом вниз.  - на внешней стороне стопы, мяч в левой руке  - на внутренней стороне стопы, мяч в правой руке.  ***Беговые упражнения:*** - медленный бег;  - приставные шаги правым, левым боком, мяч в правой, левой руке.  -с высоким подниманием бедра мяч перед грудью;  -с захлестыванием голени мяч перед грудью.  Переход на ходьбу.  Дыхательные упражнения.  Построение в одну шеренгу.  -Направо, в колонну по 4 – марш!  **ОРУ с мячом на месте.**  **Упражнения пальчиковой гимнастики «Замок»**  На двери висит замок.  Кто его открыть бы смог?  *(Пальчики крепко соединяются в замочек).*  Потянули…  *(На разрывая пальцы, руки тянутся в противоположные стороны.)*  Покрутили…  *(Крутим замочек, выполняя кистями рук волнообразные движения)*.  Постучали…  *(Не разрывая пальчики, стучим основаниями ладошек друг по дружке)*.  И открыли!  *(Расцепляем «замочек» и весело шевелим всеми пальцами, растопырив их в разные стороны).*  1.И.п. – о. с., мяч в правой руке;  1 - подняться на носки, руки через стороны вверх над головой;  2 – переложить мяч в левую руку;  3 – опуститься на всю стопу, опустить, руки за спину;  4 – переложить мяч в правую руку.  2. И.П. – ноги шире плеч, руки в стороны, мяч в правой руке.  1 – поворот туловища налево, переложить мяч в левую руку;  2 – поворот туловища направо, переложить мяч в  правую руку.  3. И.П. – ноги шире плеч, мяч в правой руке.  1 – наклон вперед – вниз, перекатить мяч влево – вправо – влево;  2 – выпрямиться – мяч в левой руке.  4. И.П. – ноги на ширине плеч, мяч в правой руке, руки в стороны.  1 – мах левой согнутой ногой, переложить мяч под ногой в левую руку;  2– мах правой согнутой ногой, переложить мяч в правую руку.  **5**. Перекладывание мяча из руки в руку на уровне груди (локти согнуты)  6. Подбрасывание мяча над головой двумя руками  7. Подбрасывание мяча над головой одной рукой правой, левой  8. Подбрасывание мяча над головой из одной руки в другую  9. Подбрасывание мяча над головой двумя руками с 3 –мя хлопками  10. Подбрасывание мяча над головой двумя руками с хлопками перед собой за спиной  11. Ведение мяча в пол одной рукой правой, левой  12. Подбрасывание мяча вверх и приседаем, встаем, ловим мяч. - Мы подготовили организм к основной работе. Давайте вспомним, чем мы будем заниматься. Чему вы хотели бы научиться? Дети: «Хорошо метать». - Молодцы! | Проводит построение. Дает команды: - «Класс, становись! Равняйсь! Смирно! Здравствуйте! По порядку рассчитайсь!» - Вольно! Проверяет готовность к уроку, создает эмоциональный настрой к изучению материала.  Наводящими вопросами подводит к формулировки темы урока.  Корректирует ответы обучающихся.  Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.  Даёт команды: «Класс, направо! В обход по залу шагом марш!».  Следит за осанкой.  Проводит упражнения  на восстановление дыхания:  руки вверх-вдох, руки вниз-выдох.  Проводит комплекс ОРУ  с малым мячом, использует наглядный  (показ) и словесный метод.  Обеспечивает мотивацию выполнения, осуществляет контроль.  Обращать внимание на правильное выполнение упражнений (положение рук, ног, обращать внимание на осанку).  Ноги в коленях не сгибать,  мяч катаем по полу.  Спину держать прямую,  вниз не наклоняться.  Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий. | Входят в зал.  Строятся в одну шеренгу.  Слушают наводящие вопросы учителя  и формулируют тему, цель, задачи урока.  Отвечают на вопросы.    Выполняют команды.  По команде учителя выполняют ходьбу  по залу.  Выполняют беговые упражнения.  Выполняют разминку с мячами.  Приговаривая стихотворение, учащиеся выполняют необходимые действия. |
| Постановка учебной задачи - 28 мин | 1. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель.   * объяснение выполнения метания – основные фазы ( показ презентации); метание малого мяча с места в различные горизонтальные цели с расстояния 3- 4 м в круги разного диаметра; гимнастические обручи, лежащие на полу (работа в колоннах).   2.Игра «Самый меткий».  Класс делится на команды. Дети соревнуются в метании мячей в цели с цифрами. Чья команда больше наберет очков.  3. Подвижная игра «Перестрелка».  Игроки одной команды, находясь на своей сто­роне площадки и не выходя за ее пределы, бросают мяч в сторону другой ко­манды через среднюю линию, стараясь попасть им в соперника и тем самым выбить его из игры, а сами они одновременно защища­ются от попадания мячом, брошенным со сторо­ны соперников. | Показ и объяснение учителем техники  метание малого мяча.  Метод словесный – объяснение техники, наглядный-показ упражнения в сочетании с показом презентации.  Напоминает технику безопасности при выполнении метания мяча.  Следит за техникой выполнения метания малого мяча с места, исправляет неточности в выполнении.  Следить за правильным отведением метающей руки, за захватом снаряда.  Не опускать голову вниз в момент выпуска снаряда, активно выполнять хлестообразное движение кистью метающей руки в финальном усилии. | Смотрят показ учителя упражнения и презентацию (слайды).    Определяют метающую руку.  Выполняют задание. Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.  Слушают, выполняю, обсуждают. |
| Рефлексия (итог урока) - 5 мин. | 1.Построение в шеренгу.  2.Дыхательные упражнения.  3. Беседа  - Ребята, кто не смог справиться с заданиями? С какими?  -А кто считает, что справился с поставленными задачами урока?  -С помощью каких навыков и умений вы справились с заданиями?  -Над чем необходимо поработать еще?  4.Подведение итогов. Оценки.  Д/З выполнение- упражнений на развитие координационных способностей.  Спасибо за урок!Коллективный выход из зала. | Провести построение.  Провести беседу.  Отметить всех учеников. Указать за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.  Приготовить листки, фломастеры, образцы смайликов. | Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности.  Адекватно воспринимают оценку.  Дети рисуют смайлики. |