***Технологическая карта урока физической культуры в 4 «Г» классе (лыжная подготовка)***

***Учитель:*** *Туркова Людмила Васильевна*

***Тема урока*: Передвижение скользящим шагом с палками**

***Цель урока*:** совершенствование умений выполнять скользящий шаг с палками

***Тип урока:*** образовательно – тренировочный

**Задачи:**

1.Отработать технику передвижений скользящим шагом с палками;

2. Воспитывать трудолюбие, настойчивость в достижении цели;

3. Развивать выносливость и координационные способности.

**Планируемые результаты:**

*Личностные:* умение проявлять дисциплинированность и внимание.

*Коммуникативные:* умение сотрудничать в входе групповой работы слушать и слышать друг друга

*Регулятивные:* умение технически правильно выполнять двигательные действия.

*Познавательные:* совершенствование умения пристегивать лыжные крепление и передвигаться на лыжах скользящим шагом с палками.

**Инвентарь и оборудование:** ботинки, лыжи, палки.

**Место проведения:** спортивная площадка школы

**Время проведения**: 40 минут

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Этапы урока** | **Деятельность учителя** | **Дозировка** | **Деятельность обучающихся** | **Универсальные учебные действия** |
| **Подготовительная часть**  **I. Организационный момент** | Выдача инвентаря  Построение в шеренгу, проверка готовности к уроку, обсуждение темы и цели урока, создание эмоционального настроя. | 3 мин.  2мин. | Подготовка к уроку  Выполняют построение, Слушают и обсуждают тему урока | **Личностные:** понимают значение знаний и принимают его.Стремятся хорошо учиться, и ориентированы на участие в делах школы. |
| **II. Актуализация знаний** | Построение в колонну по одному, выход обучающихся на улицу.  Передвижение к месту лыжни.  Даёт команду:  «Лыжи на плечо!» Назначаются замыкающие и направляющие.  Дает команды  «Лыжи к ноге!»  «На лыжистановись!»  Задание: пройти за учителем один круг (400м) скользящим шагом. | 1 мин.  2 мин.  5 мин. | Строятся в колонну. Организованно выходят из помещения.  Выполняют команды.  Выполняют задание самостоятельно | **Личностные:** проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.  **Познавательные:**  общеучебные– умеют находить ошибки при выполнении учебных заданий**;**  **Регулятивные*:*** принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимают оценку учителя. |
| **Основная часть**  **III. Применение теоретических положений в условиях выполнения упражнений и решение задач** | Дает задание пройти скользящим шагом с палками по учебной лыжне в среднем темпе, сохраняя дистанцию 2 – 3 метра (2 круга)  - дает задание пройти скользящим шагом с обращением внимания на вынос и правильность постановки палки (1 круг)  - дает задание пройти скользящим шагом с обращением внимания на отталкивание палкой (1 круг).  Осуществляет индивидуальный контроль и оценивает технику передвижения скользящим шагом с палками.  - проводит эстафету « Кто быстрее?»  Даёт команду «В одну шеренгу- становись!»  «На 1,2 рассчитайсь!»  «В две шеренги становись!»  По сигналу учителя первые номера направляются к контрольной фишке, расположенной в 15 метров от линии старта, обегают ее, возвращаются к своим командам и передают эстафету вторым номерам, и т.д. Побеждает команда, которая закончит эстафету первой. | 7 мин.  5 мин.  5 мин.  10 мин. | Выполняют задание с интервалом в 2-3м, демонстрируя владение передвижением на лыжах.  Выполняют задание и контролируют правильность выполнения заданий друг за другом.  Выполняют построение и перестроение по команде учителя  Участвуют в эстафете. | **Познавательные:**  **Общеучебные**–умеют находить ошибки при выполнении учебных заданий**;**  **Регулятивные:**. осуществляет пошаговый контроль своих действий, в соответствии с заданием.  **Коммуникативные*:*** используют речь для регуляции своего действия; взаимодействуют со сверстниками в совместной деятельности; контролируют действия партнёра. |
| **Заключительная часть**  **IV. Рефлексия.**  **Итоги урока.** | Даёт команду: «Снять лыжи», «В одну шеренгу, становись!»  Организует обучающихся для перехода в спортивный зал  Вопросы обучающимся:  «Какие задания были на уроке?»,  «Зачем мы их выполняли?»,  «Что получилось?»,  «Что не получилось?»  «Почему?»  «Что нужно сделать, чтобы получилось?  Озвучивает отметки за урок даёт домашнее задание.  Домашние задание: пройти на лыжах 1 км в равномерном темпе. | 5 мин. | Отвечают на вопросы учителя.  Сдача лыж  Определяют своё эмоциональное состояние. | **Регулятивные:** прогнозируют результаты уровня усвоения изучаемого материала.  **Личностные:** понимают значение знаний и умений занятий лыжами для человека и принимают его. |