

Технологическая карта занятия по физической культуре для 2 класса (ФГОС)

Учитель: Савельев В.М.

Технология: здоровье сберегающая, уровневой дифференциации обучения, групповая.

Тема: Дыхательная гимнастика.

Цель: улучшить функцию внешнего дыхания, освоить первичные приемы дыхательной гимнастики.

Задачи занятия:

Образовательные (предметные):

- Обучение технике дыхательной гимнастики.
- Научить детей через нос быстрому вдоху.
- Добиваться активной вентиляции легких детей.
- Научить детей вдыхать и выдыхать в разном темпе (быстром и медленном).
- Научить детей регулировать дыхание в заданном ритме.
- Закрепление понятия дыхательная гимнастика.
- Укрепление здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей.

Развивающие (метапредметные):

- Восстановление двигательных навыков и координации.
- Добиваться активной вентиляции легких детей.

Воспитательные (личностные):

- Формировать самостоятельность и личную ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни

Тип урока: комбинированный, обучающий.

Метод проведения: групповой, индивидуальный.

Место проведения: спортзал

Инвентарь: проектор, воздушный шарик.

Этап урока	Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я	Деятельность учителя	Деятельность учащихся	Формы взаимодействия	УУД	Виды контроля
Ориентировочно-мотивационный 5 мин	<p>- Здравствуйте, ребята! Я рад видеть на своем уроке таких подтянутых, спортивных, красивых учеников!</p> <p>Вы, конечно же, узнали, из какого мультфильма прозвучала музыка, под которую вы вошли в зал?</p> <p>- Да, это песенка мартышки из мультфильма «38 попугаев».</p> <p>Кто помнит слова припева?</p> <p>- Девизом нашего урока и станут слова этой песни: «Ужасно интересно всё то, что неизвестно».</p> <p>Проявление интереса к материалу изучения.</p> <p>Под музыку из м/ф дети входят в зал.</p>	<p>Провести построение, проверить готовность к занятию, создать эмоциональный настрой к изучению материала.</p> <p>Наводящими вопросами вывести на задачи урока.</p> <p>Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.</p> <p>Осуществить контроль за проведением ОРУ</p> <p>Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)</p> <p>Создать эмоциональный настрой к</p>	<p>Выполнить построение в шеренгу.</p> <p>Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.</p> <p>Формулируют тему урока.</p> <p>Отвечают для чего это нужно.</p> <p>Выполняют команды</p> <p>Выполняют команды</p> <p>Проводится комплекс упражнений разработанный освобожденным учащимся (Д/з).</p> <p>Выполняют упр.</p> <p>Вспоминают и формулируют задачи урока.</p> <p>Отвечают на вопрос.</p>	Фронтальная Групповая	<p>Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.</p> <p>Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья, извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.</p> <p>Формирование знаний о значении разминки.</p> <p>Формирование умения реагировать на звуковые команды.</p> <p>Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения</p> <p>Уметь контролировать и оценивать свои действия.</p> <p>Вносить необходимые</p>	Самоконтроль, текущий. Текущий

	<p>1. Построение, приветствие. Подготовка к изучаемому материалу. - Сегодня у нас не обычное занятие, мы изучим интересную тему. Дыхательная гимнастика. Мы построим картинку, людей которые занимаются дыхательной гимнастикой. - С чего необходимо начинать занятие? Дети: «С разминки» - Для чего необходимо проводить разминку в начале урока? Дети: «Чтобы подготовить организм к предстоящей работе». - Молодцы! Итак, начнем с разминки. 1. Ходьба по кругу в колонну по одному. - на носках руки в сторону - на пятках руки за голову - в полном приседе руки на колени 4. Равномерный бег по кругу. 5. Упражнения на восстановление дыхания.</p> <p>2. ОРУ И.п. – о.с.</p>	<p>выполнению заданий.</p>			<p>коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок. Умение технически правильно выполнять двигательные действия. Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья</p>	
--	---	----------------------------	--	--	---	--

	<p>1 – шаг левой ногой в сторону, силой согнуть руки к плечам; 2 – разогнуть руки вверх-наружу, подняться на носки, потянуться – вдох; 3 – опуститься на полную стопу, согнуть руки к плечам; 4 – приставить левую ногу, руки вниз – выдох. То же с правой ноги. И.п.: сед ноги врозь пошире, руки в стороны 1–2 – два пружинистых рывка руками назад – вдох; 3–4 – два пружинистых наклона к левой ноге, руки вперед, тянуться пальцами к носку левой ноги – выдох. То же, но делая наклон к правой ноге. И.п.: руки на поясе 1 – прыжок ноги врозь; 2 – прыжок ноги вместе. Ходьба на месте 1-руки в стороны, 2-вверх, 3-в стороны, 4-и.п.</p> <p>-Мы подготовили организм к основной работе. Давайте вспомним чем мы будем заниматься.</p>					
--	---	--	--	--	--	--

	<p>Чему вы хотели бы научиться?</p> <p>Дети: «Правильно дышать».</p> <p>-Молодцы! Те кто хорошо освоит задания, может помочь своим друзьям!</p>					
<p>Операционно-исполнительский 10 мин</p>	<p>1. Дыхательной гимнастики.</p> <ul style="list-style-type: none"> Измерение объема легких при помощи «воздушного шара» Дыхательное упражнение «Погончики» Дыхательное Упражнение «Поворот головы» Дыхательное упражнение «Кошка» <p>2.Игра «Бегемотик»</p>	<p>Создать представление, что такое правильное дыхание Следить за правильным выполнением вдоха и выдоха. Надувание шара делаем глубокий вдох после весь воздух выдыхаем в шарик и завязываем его. Упражнение: «Погончики» И.п.: встать прямо, сжатые в кулаки кисти рук прижаты к поясу. В момент короткого шумного вдоха носом с силой толкайте кулаки к полу, как бы отжимаясь от него или сбрасывая с рук что-то. При</p>	<p>Выполняют задания. Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся. Слушают. Выполняют. Обсуждают.</p>	<p>Групповая, индивидуальная</p>	<p>Овладение навыками выполнения прыжков с разбега, добросовестное выполнение учебных заданий, стремление к освоению знаний и умений. Овладение навыками изучаемого двигательного действия в изменяющихся внешних условиях. Определить эффективную модель прыжка в длину с разбега. Описывать технику метания, осваивать ее самостоятельно с выявлением и устранением ошибок. Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного выполнения упр-й. соблюдать правила безопасности. Применение освоенных</p>	<p>Текущий</p>

		<p>этом во время толчка кулаки разжимаются. Плечи в момент вдоха напрягаются, руки вытягиваются в струну (к полу), пальцы рук широко растопыриваются. Подряд 8 вдохов - движений без остановки. Затем отдых 3-5 секунд и снова 8 вдохов – движений.</p> <p>Норма: 12 раз по 8 вдохов – движений</p> <p>Упражнение: «Повороты головы». Встаньте прямо. Поверните голову вправо и сделайте короткий шумный вдох справа. Затем сразу же поверните голову влево, шумно и коротко понюхайте воздух слева.</p> <p>Справа – вдох, слева – выдох.</p> <p>Шею не</p>			<p>двигательных действий в игровой деятельности.</p>	
--	--	---	--	--	--	--

		<p>напрягайте, туловище неподвижно. Норма: 3 раза по 32 вдоха – движения. Упражнение: «Кошка» встаньте прямо, ноги на ширины плеч (обратите внимание, что при выполнении данного упражнения ступни ног не должны отрываться от пола). Руки расположены на уровне пояса, плечи и спина в расслабленном состоянии. Дыхание спокойное, диафрагмой - низом живота.</p>				
<p>Рефлексивно-оценочный 5 мин.</p>	<p>1. Построение в шеренгу. 2. Дыхательные упражнения. 3. Беседа - Ребята, кто не смог справиться с заданиями? С какими? - А кто считает, что справился с</p>	<p>Провести построение. Провести беседу. Отметить всех учеников. Желательно указывать только положительные моменты.</p>	<p>Дети анализируют и объективно оценивать результаты собственной деятельности Дети просят прощение друг</p>	<p>Фронтальная.</p>	<p>Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты. Овладение умением находить компромиссы. Формирование умения оценивать свою работу на уроке</p>	

	<p>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. Перед коллективным выходом из зала просьба к детям: -Ребята, прежде чем вы покинете занятие я вас попрошу каждого на листочке нарисовать смайлик грустный или веселый. С их помощью вы оцените свою работу на уроке <i>Спасибо за урок!</i> Коллективный выход из зала</p>	<p>Приготовить листки, фломастеры. Образцы смайликов.</p>	<p>у друга. Адекватно воспринимать оценку Дети рисуют смайлики.</p>			
--	---	---	---	--	--	--