

Технологическая карта урока по плаванию для 6 класса (по ФГОС)

Учитель: Золотов Максим Владиславович

Раздел: плавание

Тема: «Совершенствование техники поворота в кроль на груди».

Цель: Обучить технике поворота в кроле на груди.

УУД по достижению предметных, метапредметных и личностных результатов,

Обеспечить предупреждение травматизма на уроке.

Задачи:

1. Образовательная; совершенствование техники плавания в кроле на груди.
Закрепление навыков поворота в кроле на груди
2. Развивающая; совершенствовать достижению личносно значимых результатов в физическом совершенстве.
3. Воспитательная: формировать положительного отношения к физической культуре и спорту, стремление к физическому совершенству и здоровому образу жизни.

Ресурсы : УМК по физической культуре, интернет ресурсы ,плавательные доски

Этап образовательного процесса	Деятельность учителя	Деятельность учащегося (Универсальные Учебные Действия.)			
		Личностная	Регулятивная	Познавательная	Коммуникативная
1	2	3	4	5	6
Подготовительный (12минут) 1.Сообщение УЗ на урок 2.Разминка: а) В воде движение ног у бортика б) Упражнение «стрела», «звездочка» в) Движение ног в «кроле» с доской для плавания г) Движение рук в «кроле» с доской для плавания.	Ознакомить учащихся с целью и задачами урока, настроить на урок Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока	Установить роль разминки при подготовке организма к занятию . Уточнить влияние разминки мышц плечевого пояса на готовность к работе пловца	<i>Прогнозирование-</i> предвидеть уровень усвоения знаний, его временных характеристик Определить последовательность и приоритет разминки мышечных групп	<i>Общеучебные -</i> использовать общие приемы решения задач <i>Общеучебные -</i> контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.	Обсудить ход предстоящей разминки Деятельность направлена на продуктивное взаимодействие при проведении разминки как со сверстниками, так и с учителем

<p>Основной(25 минут)</p> <p>1. Движение ног кролем на груди с простым поворотом</p> <p>2. Движение ног и рук в «кроле» с поворотом Вдох в сторону рабочей руки</p> <p>3. Плавание « кролем на груди» 25 метров</p> <p>4. Игра «Белые медведи «караси и щука»</p>	<p>Объяснить технику изучаемых приемов и действий, добиться их самостоятельном у освоению, выявить и устранить типичные ошибки.</p> <p>Моделировать технику действий и приемов, варьировать её в зависимости от ситуации и условий,</p> <p>Напомнить технику безопасности при выполнении поворотов в «кроле на груди»</p> <p>Объяснить технику выполнения поворотов</p>	<p>Описывать технику изучаемых действий, повторять и осваивать их самостоятельно, выявлять и устранять типичные ошибки.</p> <p>Определять степень утомления организма во время игровой деятельности, для комплексного развития физических способностей.</p>	<p><i>Коррекция</i> - вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.</p> <p>Коррекция - адекватно воспринимать предложение учителя по исправлению ошибок.</p> <p><i>Целеполагание</i> - преобразовать познавательную задачу в практическую</p>	<p>Формировать мыслительные операции по каждому из разучиваемых элементов в плавании.</p> <p><i>Общеучебные</i> - ориентироваться в разнообразии способов решения задач.</p> <p><i>Информационные</i> - искать и выделять необходимую информацию из различных источников для совершенствования поворотов в «кроле на груди».</p>	<p>Распределение функций обучающихся во время работы по местам занятий</p> <p>Развивать умение выразить свою мысль по поводу освоения работы одноклассников с элементами техники поворота в «кроле на груди».</p>
<p>Заключительный (3 минут)</p> <p>1. Упражнения на внимание</p>	<p>Восстановить дыхание</p> <p>Проверить</p>	<p>Определять собственные ощущения при</p>	<p>Определить смысл поставленной на уроке УЗ</p>	<p>Формировать умения и выделять основные признаки</p>	<p>Обеспечивать социальную компетентность и</p>

2.Анализ выполнения УЗ обучающимися, рефлексия, домашнее задание.	степень усвоения обучающимися УЗ Ставим УЗ на дом	освоении учебной задачи на уроке.		сравнения выполнения УЗ	учет позиции других людей
---	--	-----------------------------------	--	-------------------------	---------------------------

Приложение 1

Содержание	Дозирование нагрузки	Организационно-методические указания
<p>Вход в воду спиной в бассейн Дыхательные упражнения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Выдох в воду, стоя на дне бассейна. Лицо опущено в воду, ноги на ширине плеч, руки свободно опущены вниз. Вдох – произвольный. 2. Техника работы ног и дыхания с опорой на бортик. 3. Техника работы ног и дыхания с поворотом головы в сторону прижатой руки вдоль туловища, с опорой на бортик. 4. Техника скольжения с опорой на доску. 5. Техника работы ног «кролем на груди» в скольжении с опорой на доску 6. «Поплавок» 	<p style="text-align: center;">20 мин</p> <p style="text-align: center;">10 раз</p> <p style="text-align: center;">1-2 мин</p> <p style="text-align: center;">1-2 мин</p> <p style="text-align: center;">5-6 раз</p> <p style="text-align: center;">6 басс.</p> <p style="text-align: center;">4-5 раз</p>	<p>Повторяют за педагогом и запоминают</p> <p>Ноги в коленях не сгибать, носки оттянуты и повёрнуты немного внутрь. Вдох выполняется во время подъёма головы вперёд</p> <p>Следить за техникой работы ног и правильного дыхания. Голову от опоры воды не отрывать.</p> <p>Следить за правильной техникой отталкивания от стены и дыхания.</p> <p>Следить за работой ног и правильной техникой дыхания. Колени не сгибать, носки тянуть.</p> <p>Сделать глубокий вдох, приседают на дно и, обхватив колени руками (голова опущена, колени прижаты к груди, подбородок прижат к</p>

7. «Звезда»	4-5 раз	грудь) всплывают на поверхность. Сделать глубокий вдох. Лечь на грудь, развести руки и ноги в стороны. Тянуть руки и ноги и под водой выдох.
-------------	---------	---