



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА № 18**

**Технологическая карта занятия по дополнительному
образованию
«Подвижные игры»
«Путешествие на яхте»**

**М.А.Михайленко
педагог дополнительного образования**

Секция: Подвижные игры

Тема занятия: Путешествие на яхте.

Цель занятия:

- Овладение способами оздоровления и укрепления организма учащихся посредством подвижных игр.
- Формирование культуры поведения, направленной на здоровый образ жизни.

Задачи занятия:

1. Образовательные (предметные результаты):

- Познакомить учащихся с порядком выполнения комплекса ОРУ (познавательное УУД).
- Ознакомить с новой подвижной игрой (познавательное УУД).

2. Развивающие (метапредметные результаты):

- Формировать умение общаться со сверстниками в игровой деятельности (коммуникативное УУД).
- Формировать у учащихся координационные и кондиционные способности (коммуникативное УУД).

3. Воспитательные (личностные результаты):

- Комплексное развитие координации, силы, скорости, выносливости (личностное УУД).
- Формирование чувств ответственности, коллективизма, воспитание упорства и потребности к занятиям физическими упражнениями, развитие интеллекта (личностное УУД).
- Формирование умения проявлять дисциплинированность (личностное УУД).
- Знания обучающихся о здоровье (личностное УУД).

4. Оздоровительная:

- Содействовать достижению гармоничности в физическом развитии (личностное УУД).

Тип урока: Обучающий.

Место проведения: Спортивный зал школы

Необходимое оборудование:

- Музыкальное сопровождение, магнитная доска, мячи теннисные 8 шт., фишки, картинки с продуктами, скейтборд, обрез ткани 2х2., шарфы матросов -16 шт, волейбольные мячи-8 шт, гимнастические маты-2 шт., гимнастические скамейки- 2 шт., гимнастические обручи-2 шт.

СТРУКТУРА И ХОД занятия

№	Этап урока	Деятельность учителя	Деятельность ученика	Формируемые УУД
1	2	3	4	5
1	<p>I. Подготовительная часть. 6 мин.</p> 	<p>1. Построение. Приветствие. Учитель:- Здравствуйте, ребята! <i>Учащиеся: (Здравствуйте)</i> Учитель:- Я рада приветствовать Вас на занятии. А начнем мы наше занятие с загадки. «Здесь - куда не кинем взгляд Водный голубой простор. В нём волна встает стеной. Белый гребень над волной. А порой тут тишь да гладь. Все смогли его узнать? <i>Учащиеся: (море)</i> Учитель: Мы с вами живём на Кубани, наш прекрасный край омывается двумя морями Черным морем и Азовским. <i>(звук моря)</i> Учитель: Сегодня, я вам предлагаю отправиться в сказочное путешествие по морям на роскошной яхте. Разрешите мне вам, как настоящим матросам, повязать морские галстуки. <i>(Учитель повязывает галстуки на шее у ребят)</i> <i>(Учитель обращает внимание ребят на доску с картинкой яхты)</i></p>	<p>Приветствуют учителя.</p> <p>Активное участвуют в диалоге с учителем. Взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи.</p> <p>Отвечают на вопрос.</p> <p>Выполняют просьбу учителя.</p>	<p>Л. Самоопределение, развивать интерес к изучаемой теме, создать установку на ведение здорового образа жизни.</p> <p>Р. Прогнозирование - предполагают, как имеющиеся знания помогут им решить задачи урока.</p> <p>П. Общеучебная – используют общие приемы для решения задач.</p>



Учитель: Ребята, посмотрите, у нашей яхты нет названия, давайте попробуем её назвать. Не забывайте, как вы яхту назовете, так она и поплывет. А для того, чтоб вам было легче, я вам задам несколько наводящих вопросов.

Оно дороже богатства.

Его сгубишь - новое не купишь.

Курить - ему вредить.

Чистота - залог его.

Учащиеся: (здоровье)

Учитель: Многие задают себе вопрос: «Как прожить, чтоб не болеть, чтоб не стареть?» И себе же отвечают: «Так не бывает. Каждый человек хоть чем -то болеет», но почему-то один человек попадает в больницу 1 раз в жизни, а другой чуть ли не каждый месяц.

Уже давно понятно, за здоровьем надо следить.

А вы ребята знаете, как нужно следить за своим здоровьем?

Учитель: *Правильно, как раз это и есть наша цель и задачи урока.*

Учитель: И так, наша яхта под названием «Здоровье» готова отправиться в плавание.

Учитель: Ребята, для того, чтоб нам попасть на яхту, нужны входные билеты. Получить вы их сможете, выполнив комплекс упражнений.

Вы готовы?

Ну что ж, начнем.



Ответы учащихся

Ответы учащихся

Р.Умение правильно
выполнять двигательное
действие

Р.Умение организовать
собственную деятельность.

Учитель: Равняйся, смирно, направо.
Движение в обход по залу с выполнением заданий:

- а) на носках, руки вверх*
- б) на пятках, руки на поясе*
- в) на внутреннем своде стопы*
- г) на внешнем своде стопы*
- д) перекатом с пятки на носок*

3. Бег

4. Передвижения с заданием

- а) приставным шагом правым (левым) боком, руки в стороны*
- б) бег с захлестом голени назад*
- в) бег с высоким подниманием бедра*
- г) прыжки на правой (левой) ноге*
- д) прыжки на двух ногах из стороны в стороны*
- е) ходьба «гусиным» шагом, руки на поясе*

5. Ходьба. Ходьба с заданием.

- а) 1 свисток – хлопок в ладоши, 2 свистка – 2 хлопка в ладоши*
- б) 1 свисток – 2 хлопка в ладоши, 2 свистка – поворот на 360*

6. Шагом.

Руки вверх, вниз. Вдох, выдох. Восстанавливаем дыхание.

7. Выполнение команд:

- «Направляющий на месте шагом».*
- «На месте – стой!»*

Выполняют строевые упражнения.

Выполняют ходьбу с заданием.

Выполняют бег с заданием



П. Умение распознавать и называть двигательное действие.

Л. Понимание необходимости выполнения упражнений для предупреждения плоскостопия.



«Напра-во!»
 «На первый, второй, рассчитайсь»
 «Первые номера 5 шагов вперед, вторые номера 3 шага вперед»
 «На вытянутые руки в стороны разомкнись»
 «Первые номера кругом» «Друг к другу лицом»

8. Комплекс ОРУ

Между пар кладется волейбольный мяч. При выполнении комплекса ОРУ учитель ведет счет (1,2,4,5), (1 2, 4, 6), как только учитель называет цифру 3

(1,2,3,4), учащиеся должны взять мяч, который лежит между ними.

Учитель: Вы большие молодцы, хорошо размялись и получили входные билеты. Больше мы не будем с вами задерживаться на земле и отправляемся в открытое плавание на нашей яхте «Здоровье»

(Яхта отправляется в море под гудок (Музыкальное сопровождение))



Выполняют упражнения на восстановление дыхания.
 Выполняют строевые упражнения.

Выполняют комплекс ОРУ. Следят за словами учителя и поднимают мяч с пола под цифру 3.

Л. Умение активно включаться в коллективную деятельность.

Л. Умение проявлять дисциплинированность.

П,Р. Запомнить упражнения.

Р. Умение технически правильно выполнять двигательное действие.

Л. Понимание необходимости выполнения упражнений.

Л Умение самоопределиться с заданием и принять решение по его выполнению.

2	<p>Основной этап (28 мин): Эстафеты.</p>	<p>Учитель: Ребята, чтоб наше увлекательное путешествие, прошло интересно предлагаю немного поиграть. Ребята делятся на две команды. <i>Эстафеты:</i> <i>1 эстафета – Собери жемчуг.</i> Напротив, каждой команды на расстоянии 2 м. - выставляются гимнастические скамейки, на расстоянии 4 м.- гимнастические маты, следом устанавливаются 4 фишки (под 3 фишки кладется теннисный мяч) последняя фишка ориентир. По сигнал первый учащийся добегают до гимнастической скамейки, ложится на живот и подтягиваясь на руках перемещается к концу лавки. После добегают до гимнастических матов, ложится на живот и по пластунский переползает на противоположную сторону мата. Далее добегают до каждой фишки поднимает каждую, достает теннисные мячи, оббегает последнюю фишку. На обратном пути кладет мячи обратно под фишки и бегом возвращается, передают эстафету следующему. По итогу конкурса выигрывает команда, которая быстрее всех пришла к финишу.</p> <p><i>2 эстафета - «Карта сокровищ»</i> Напротив, каждой команды на расстоянии 2 м., кладутся гимнастические обручи, на расстоянии</p>	<p>Слушают учителя и строятся в две команды.</p> <p>Следят, чтоб мяч не выкатился, из-под фишки и не перевернулся.</p> <p>Продумывают комбинацию, какую</p>	<p>Р Умение организовать собственную деятельность. Л Умение проявлять дисциплинированность. К Умение работать в команде. Л Уважительное отношение к противнику. Л. Уметь оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам. Л. Умение активно включаться в коллективную деятельность.</p> 
---	------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>4 м. гимнастические маты, на расстоянии 6 м от команды, мелом расчерчивается поле для игры в крестики нолики. По сигналу первый учащийся добегают до гимнастического обруча, пролезает через него и кладет на место. После добегают до гимнастических матов, выполняет перебаты на противоположную сторону мата. Далее добегают до поля для игры и выкладывает крестик или нолик в свободную клетку. Обрато возвращается бегом и передает эстафету следующему. Выигрывает та команда, которая быстрее всех заполнит три клетки подряд. При одновременном заполнении трех клеток, выигрывает та команда, которая раньше пересечет линию финиша.</p>	<p>клетку лучше заполнить.</p>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------

3 эстафета - «На сёрфборде к сокровищам»

<p>Рядом с каждой командой кладутся скейтборды, на расстоянии 6 м от команды разложены буквы, по сигналу первый учащийся берет скейтборд, ложится на живот и отталкиваясь руками от пола, доезжает до разложенных букв, берет 1 букву и возвращается обратно бегом к своей команде, неся скейтборд и букву в руках. Передает эстафету следующему. После того, как финиширует последний участник команды, вся команда из букв должна собрать слово «здоровье». Выигрывает та команда, которая быстрее всех соберёт слово.</p>	<p>Расшифровывают пословицы.</p>
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------

Послание бутылке



Учитель: Молодцы, ребята, вы справились с эстафетами.

Учитель: Посмотрите, что волнами прибило к нашей яхте, это какая-то бутылка, а в ней послание.

Что же здесь написано? Похоже на телеграмму. Давайте её расшифруем. Здесь зашифрованы какие – то пословицы. *(Учитель делит учащихся на 4 команды и раздает слова к пословицам, которые собраны в разном порядке. Задача ребят, на скорость собрать правильно пословицы)*

1.Сгубишь не купишь новое здоровье (Здоровье сгубишь – новое не купишь.)

2.Проживешь больше дольше двигайся.
(Двигайся дольше – проживешь больше.)

3.Дух в здоровом теле здоровый. (В здоровом теле здоровый дух.)

4.Счастье бы было найдется здоровье. (Было бы счастье – здоровье найдется)

5.Купишь не здоровье. (Здоровье не купишь)

Учитель: Молодцы, ребята, мы расшифровали все пословицы. Можем двигаться дальше.

Учитель: Ребята посмотрите, на нас надвигается буря.

(шум бури)

Чтоб выйти из этого шторма нам необходимо сохранять равновесие. Давайте поиграем в игру.



4.Подвижная игра

<p>Полезные и не полезные продукты.</p>	<p>Правила игры: Учащиеся берут ткань 2х2 метра за края, посередине кладется 1 теннисный мяч, по команде шторм, дети сильно начинают перекатывать мяч, как бы в «морской пучине» по всему периметру ткани, при этом стараются не уронить, «не утопить» мяч. Мячи постепенно добавляются в центр ткани. Если мячи падают, то учитель кричит: «SOS». Ребята- спасатели поднимают мячи и возвращают их обратно на ткань. Игра заканчивается по сигналу учителя.</p> <p>Учитель: Молодцы, ребята, мы вышли из бури. Шторм прекратился, но посмотрите, на палубе образовались пробоины. Заделать их мы сможем, только ответив правильно на вопросы. Ну что ж, попробуем починить нашу яхту. Учитель поднимает карточки с полезными и вредными продуктами, учащиеся должны правильно ответить - полезно или вредно. <i>Тот ребенок, который отвечает правильно, берет картинку и приклеивает её на место пробоины на яхте.</i></p> <p>Учитель: Отлично, мы справились с этим заданием. Устранили все неполадки и можем двигаться дальше.</p>	<p>Активно включаются в игру. Те, кто держат края ткани, следят, чтоб мяч не упал на пол. Те, кто собирает упавшие мячи, стараются быстрее вернуть их в игру.</p> <p>Активное участие в диалоге с учителем. Отвечают на вопросы приклеивают правильные картинки на яхту.</p>	
------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

		<p>Учитель: Посмотрите, впереди уже виден берег, совсем скоро мы кинем якорь и сойдем на берег.<i>(шум моря.)</i></p>		
<p>3</p>	<p>Заключительный этап (рефлексия) (6 мин).</p> <p>Домашнее задание.</p>	<p>Упражнения на релаксацию в шеренге:</p> <p>Учитель: А сейчас, ребята, постройтесь и закройте глаза.</p> <p>- Игра «Минутка» Закрывать глаза и отсчитывать минуту, кто считает, что она прошла, делает шаг вперед.</p> <p>- дыхательные упражнения (глубокий вдох через нос – выдох через рот).</p> <p>Учитель: Наше путешествие подошло к концу. На столе лежат картинки «солнышко» и «тучка». Подойдите к столу и возьмите ту картинку, по которой мне и вам было бы, понятно, понравилось или нет вам наше путешествие. Солнышко означает, что вам понравился наш урок- путешествие, тучка- не понравилось. Прикрепите выбранную вами картинку на стенд, где находится наша яхта.</p> <p>Учитель: Ребята, чтоб закрепить ваши знания, вам надо будет дома, составить план режима дня. Написать его и проиллюстрировать.</p> <p>Молодцы, мы добрались до берега. Я вам хочу пожелать, чтобы в вашем сердце всегда светило яркое солнышко, чтобы вы поменьше болели, были всегда такими добрыми, послушными.</p>	<p>Выполняют упражнения релаксацию.</p> <p>Выражают свое мнение об итогах работы на уроке при помощи картинок.</p> <p>Записывают домашнее задание.</p> <p>Активное участие в диалоге с учителем.</p>	<p>К. Умение контролировать себя при выполнении упражнений.</p>  <p>Р. Умение применять полученные знания в организации режима дня.</p>

Мне очень понравилось сегодня вести с вами занятие.
До свидания! Будьте здоровы!

Прощаются.



Список использованной литературы:

- 1) В.И. Ляха Физическая культура 1 – 4 класс. –М.: Просвещение, 2014 г
ФГОС 2004
- 2) Белоножкина, О.В. Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе /
О.В. Белоножкина. - Волгоград, 2005.
- 3) Понер, В.А. Профилактика заболеваний на уроках физической
культуры / В.А. Понер // Физическая культура в школе. – 2008.