**Кировское областное государственное общеобразовательное бюджетное учреждение**

**«Средняя школа с углубленным изучением отдельных предметов пгт Мурыгино Юрьянского района»**

**(КОГОБУ СШ с УИОП пгт Мурыгино Юрьянского района)**

учитель физкультуры: Мельчакова И.Н.

**Тема урока**: «Гимнастика на снарядах, методом круговой тренировки»

***Деятелъностная цель****:* формирование у учащихся способностей к рефлексии коррекционно-контрольного типа и реализации коррекционной нормы (фиксирование собственных затруднений в деятельности, выявление их причин, построение и реализация проекта выхода из затруднения и т.д.).
 ***Содержательная цель:***закрепление и при необходимости коррекция изученных способов действий – понятий, алгоритмов и т.д.

**Цель урока:** совершенствование техники выполнения гимнастических упражнений, подготовка к контрольному тестированию по гимнастике.

Задачи:

Образовательные:

совершенствование техники выполнения гимнастических упражнений

Развивающие:

1. Развитие силы мышц верхнего плечевого пояса, брюшного пресса, задней поверхности тела и мышц ног.
2. Способствовать развитию целеустремлённости, уверенности, выдержке и самообладанию.

Воспитательные:

1. Способствовать воспитанию привычке ежедневных спортивно-оздоровительных мероприятий.
2. Способствовать воспитанию целеустремлённости и трудолюбию
3. Способствовать воспитанию дисциплины и организованности
4. Способствовать воспитанию чувства дружбы и товарищества

Валеологические:

1. Способствовать формированию правильной осанки,
2. Способствовать укреплению ОДА (опорно-двигательного аппарата),
3. Формирование навыков, предотвращающих травматизм.

Коррекционные:

1. Способствовать стабилизации эмоционального состояния детей
2. Способствовать исправлению недостатков физического и психического развития посредством общих и специальных упражнений.

|  |  |
| --- | --- |
| **Планируемые результаты:****предметные** **метапредметные****личностные** | * Понимание техники выполнения акробатических упражнений.
* Умение составлять гимнастические пирамиды, из разученных акробатических упражнений взаимодействуя в группах.
* Применять полученные знания и умения в проектной деятельности;
* Формирование навыков проектной деятельности;
* Проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;
* Владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений;
* Способность активно включаться в совместные проекты, принимать участие в их реализации.
 |

|  |
| --- |
| **Урок рефлексии** |
| **Этапы урока** | **Деятельность учащихся** | **Деятельность учителя** | **Универсальные учебные действия** |
| 1.Самоопределение к коррекционной деятельности | Настрой на работуПостроение, приветствие. | Организованный вход в спортзал.-*Становись! Равняйсь! Смирно! Здравствуйте, 3А класс!* -Какой *раздел физической культуры мы изучали на прошлом уроке*-*Как может она пригодиться нам в жизни?**-Кроме того гимнастические упражнения помогают развить физические качества сила, гибкость, ловкость.**-чтобы выполнить большой объём тренировочных упражнений и выполнить подготовку к контрольному уроку, мы будем трудиться как муравьи.*  | **Личностные**: самоопределение**Регулятивные**: целеполагание**Коммуникативные**: планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками |
| 2.Актуализация и пробные учебные действия | Обсуждают затруднения по данной теме.Для того чтобы выполнять сложные гимнастические упражнения необходима разминка и растяжка мышц.Учащиеся проводят разминку, предлагают упражнения для разогрева и растяжки мышц. (Сидя)Выполняют самостоятельную работу на применение способов действий.Выполняют самопроверку. | «Трудится как муравей». *Что это значит?* Муравей – сильное выносливое насекомое, занятое неустанным общественным трудом. Скопление людей, работающих организованно и с самоотдачей, напоминает муравейник. Наш урок также сегодня будет напоминать муравейник. Дружно и организованно будем трудиться и тренироваться. *- Вперёд, к достижению спортивных рекордов!* ***Перестроение***:- Напра-во! В обход налево Марш! - на носках, руки вверх;- на пятках, руки в сторону;- перекат с пятки на носок, руки на пояс. ***Легкий бег***бег с ускорением по сигналу свистка*Перед выполнением сложных гимнастических упражнений и соблюдения техники безопасности необходима разминка и растяжка мышц.* *Ребята, а с какого упражнения мы начинаем разминку нашего организма?* *Выполнить упражнения для мышц шеи:* (сверху вниз)1. **И.П.**  - стойка ноги врозь. Наклон головы вправо, влево.*Выполнить упражнения для верхнего плечевого пояса:*1. **И. П.-** стойка ноги врозь. Поднимание плеч вверх. Вращения.*Выполнить упражнения для туловища:*1. **И.П.** – стойка ноги врозь, руки на поясе.- наклоны в стороны: на счёт 1-2 вправо, 3-4 влево*Выполнить упражнения для ног:*1. **И. П.** - стойка ноги врозь, руки на поясе.-на 1 - наклонвперёд, на 2 - присед на п.п., на 3 – наклон, на 4 - и.п. *Выполним растяжку мышц:***1. И.П.** – широкая стойка, руки за голову- приседание вправо на счёт 1-2-3, на счёт 4 – и.п.*Выпрыгивания* **1. И.П. –** стоя- на счёт 1 - упор присев,- на счёт 2 – упор лёжа,- на счёт 3 – упор присев,- на счёт 4 – И.П.Разминка закончена*Разделитесь на команды по 4 человека и выберите упражнение, с которого начнёте тренировку. Приготовьте необходимый спортивный инвентарь.* | **Коммуникативные:** планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками;**Познавательные:**самостоятельное выделение и формулирование познавательной цели.**Логические –** формулирование проблемы. |
| 3.Локализация учебных затруднений | -Уточняют алгоритм исправления ошибок, анализируют свое решение и определяют место ошибок – место затруднение.Выявляют и фиксируют способы действий , в которых допущены ошибки, - причину затруднений.- | Консультирует. Анализирует предложенные модели и помогает в выборе наиболее удачной.*Трудимся как муравьи. (Образец и правила выполнения заданий на таблице у каждой станции)**Приготовьте снаряды.**После сигнала поднимаем руку те, у кого упражнение выполнено без ошибки.*1. Стойка на лопатках (согнув ноги)
2. Прыжки через скакалку.

 (Прыжки, возможно, выполнять различными способами)1. Упражнение с обручем

(Вращение обруча в положениях: на поясе, на шее, на руке, стоя на скамейке)1. Лазанье по гимнастичской лестнице, спрыгивание.
2. Подтяивание на гимнастической скамейке в положении лёжа
3. Лазание по канату.

Упражнение считается выполненным, когда ученик достанет ленту на канате.- *Снаряды не убираем, строимся в круг.* | **Регулятивные:** целеполагание, прогнозирование;**Познавательные**: выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий |
| 4.Построение проекта коррекции выявленных затруднений | Формулируют индивидуальную цель своих будущих коррекционных действий. Выбирают способ и средства коррекции.Пользуется подсказками на таблице упражнений. | Помогает в планировании последующей коррекции*Назовите упражнения, в которых были ошибки, какие и почему?* | **Предметные**: формирование навыков построения математических моделей и решения практических задач**Коммуникативные**: планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками**Познавательные:** моделирование, решение проблемы, построение логических цепей, анализ, умение структурировать знания |
| 5.Реализация построенного проекта |  | Контролирует деятельность учащихся.Отмечает ошибки, фиксирует упражнения выполненные точно.*Составим эстафету из лучших упражнений.**Проводим эстафету.*  | **Регулятивные**: контроль и коррекция; прогнозирование**Коммуникативные**: учебное сотрудничество с учителем и сверстниками**Познавательные:** логические (установление причинно-следственных связей, построение логической цепи рассуждений |
| 6.Обобщение затруднений во внешней речи | Проговаривают формулировки способов действий, которые вызвали затруднения.Выберут капсулу соответствующего цвета, оценят свою работу, свои умения.  | Организует обсуждение типовых затруднений.*Во время эстафеты возможны не точности в выполнении упражнений? Почему?* | **Регулятивные**: определение последовательных, промежуточных целей с учетом конечного результата.**Коммуникативные**: умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли |
|  7.Самостоятельная работа с самопроверкой по эталону | Выполняют самостоятельную работу, аналогичную первой, при этом берут только те задания, в которых были допущены ошибки.Проводят самопроверку, фиксируют свои результаты. | Консультирует, проверяет правильность решения, помогает в оформлении, создает ситуацию успеха.Эстафета* + - 1. Прыжки на скакалке 5раз;
			2. Кувырок или вращение на мате
			3. Пролезание или вращение обруча
 | **Регулятивные**: саморегуляция как способность к мобилизации сил и энергии к волевому усилию и преодолению препятствий**Познавательные:** формулирование проблемы, создание способов решения проблемы, исследовательская деятельность |
| 8.Включение в систему знаний и повторения  | Выполняют задания, в которых рассматриваемые способы действий связываются с ранее изученными и между собой.Выполняют задания на подготовку следующих тем.При отрицательном результате учащиеся повторяют предыдущий этап для другого варианта. | Контролирует, проверяет правильность решения, помогает в оформлении.*-Эстафета закончена. Победителей поздравляем аплодисментами.* | **Регулятивные:** целеполагание (постановка учебно-познавательной задачи на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено и того, что неизвестно.**Познавательные:** оценка процесса результата деятельности. |
| 9.Рефлексия учебной деятельности на уроке | Уточняют алгоритм исправления ошибок, называют способы действий, вызвавших затруднения, фиксируют степень соответствия поставленной цели и результатов деятельности. Оценивают собственную деятельность, намечают цели последующей деятельности. В соответствие с результатами деятельности согласовывают дом задание. | *Ребята, возьмите физрика желтого цвета, те у кого все на уроке получилось, кто добился поставленных задач. У кого были ошибки, возьмите физрика другого цвета. Откройте и возьмите пожелание на будущий урок (домашнее задание). Вклейте в дневник здоровья.*-*Урок окончен**До свиданья!* | **Коммуникативные:** умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли;**Регулятивные:** планирование, контроль, оценка, коррекция, выделение и осознание того, что усвоено, что ещё подлежит усвоению |