

ГБОУ СОШ №1652

г. Москвы

Занятие по плаванию
в начальной школе
в соответствии с ФГОС

Учитель физической культуры
Колесникова Екатерина Владимировна

Технологическая карта урока по физической культуре в соответствии с ФГОС

Тема урока: Подготовительные упражнения при обучении плаванием «кролем на груди», «кролем на спине»

Тип урока: «открытия» нового знания

Цель урока: освоить подготовительные упражнения плаванием «кролем на груди», «кролем на спине»

Планируемые результаты:

Предметные результаты:

1. Обучать подготовительным упражнениям плавание «кролем на груди», «кролем на спине»
2. Совершенствовать положение ног плавание «кролем на груди», «кролем на спине»
3. Укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных и силовых способностей

Метапредметные результаты:

1. Формировать умение общаться со сверстниками коллективных действий в игре
2. Развивать внимание, скоростно-силовые качества и координацию движений, коммуникативные навыки обучающихся; умение планировать, контролировать и давать оценку своим двигательным действиям
3. Развивать умение осознанно и произвольно строить речевые высказывания в устной форме

Личностные (воспитательные):

1. Формировать стойкий познавательный интерес к занятиям физическими упражнениями
2. Формировать умения чётко и организованно работать в группе, воспитание чувства товарищества и взаимопомощи

Место проведения: бассейн «Коралл»

Время урока: 45 минут

Инвентарь и оборудование: плавательные доски, мячи, свисток

Этап урока	Деятельность учителя	Деятельность ученика	Дозировка	Формируемые УУД
1. Вводная часть	<p>Построение учащихся</p> <p>Проверка готовности учащихся к уроку</p> <p>Мотивация учащихся на изучение данной темы, внутренняя готовность, психологическая организация внимания</p> <p>Сообщение темы</p> <p>Помогать обучающимся сформулировать цели и задачи на урок</p> <p>Вспомогательные упражнения на суше при изучении способа плавания «кроль на груди», «кроль на спине»</p> <p>Обратить внимание на технику безопасности и правильность выполнения упражнений</p>	<p>Приветствие</p> <p>Создание ситуации для самоопределения обучающихся и принятия ими цели урока.</p> <p>Соотношение команд учителя с двигательными действиями учеников</p>	10 мин.	<p>Проявлять дисциплинированность и внимание (Л)</p> <p>Самоопределяться к задачам урока и принять цель занятия (Л)</p> <p>Определять собственную деятельность по достижению цели (Р)</p> <p>Владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений (Л)</p> <p>Распознавать и называть двигательное действие (П)</p> <p>Выполнять упражнения по укреплению осанки (Р)</p> <p>Бережное отношение к своему здоровью (Л)</p>

**Вспомогательные упражнения на суше
при изучении способа плавания
«кроль на груди»,
«кроль на спине»**



Вход в воду спиной в бассейн
Дыхательные упражнения:
Выдох в воду, стоя на дне бассейна.
Лицо опущено в воду, ноги на ширине плеч,
руки свободно опущены вниз.
Вдох - произвольный.



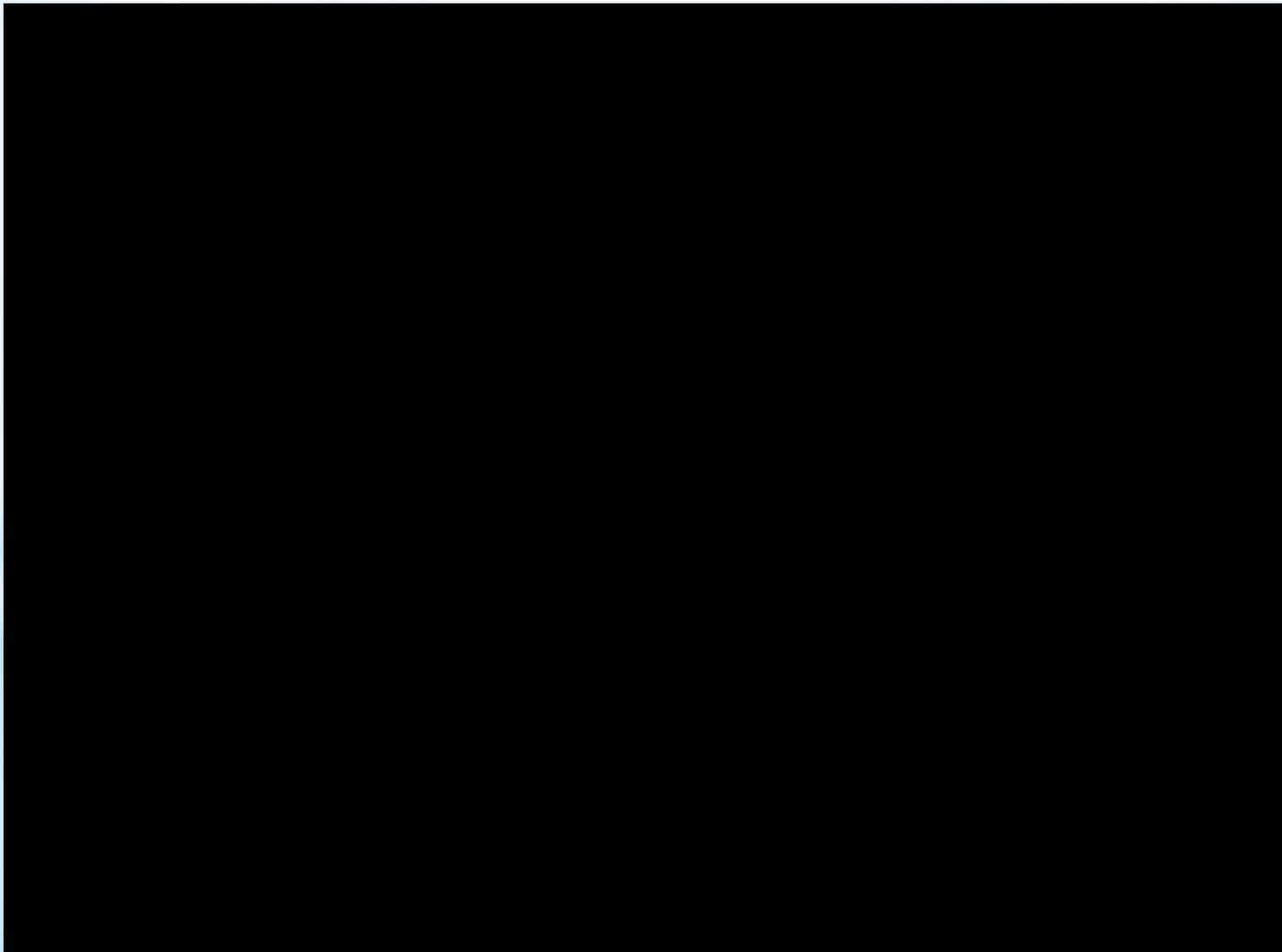


Объяснить технику изучаемых приемов и действий, добиться их самостоятельному освоению, выявить и устранить типичные ошибки.



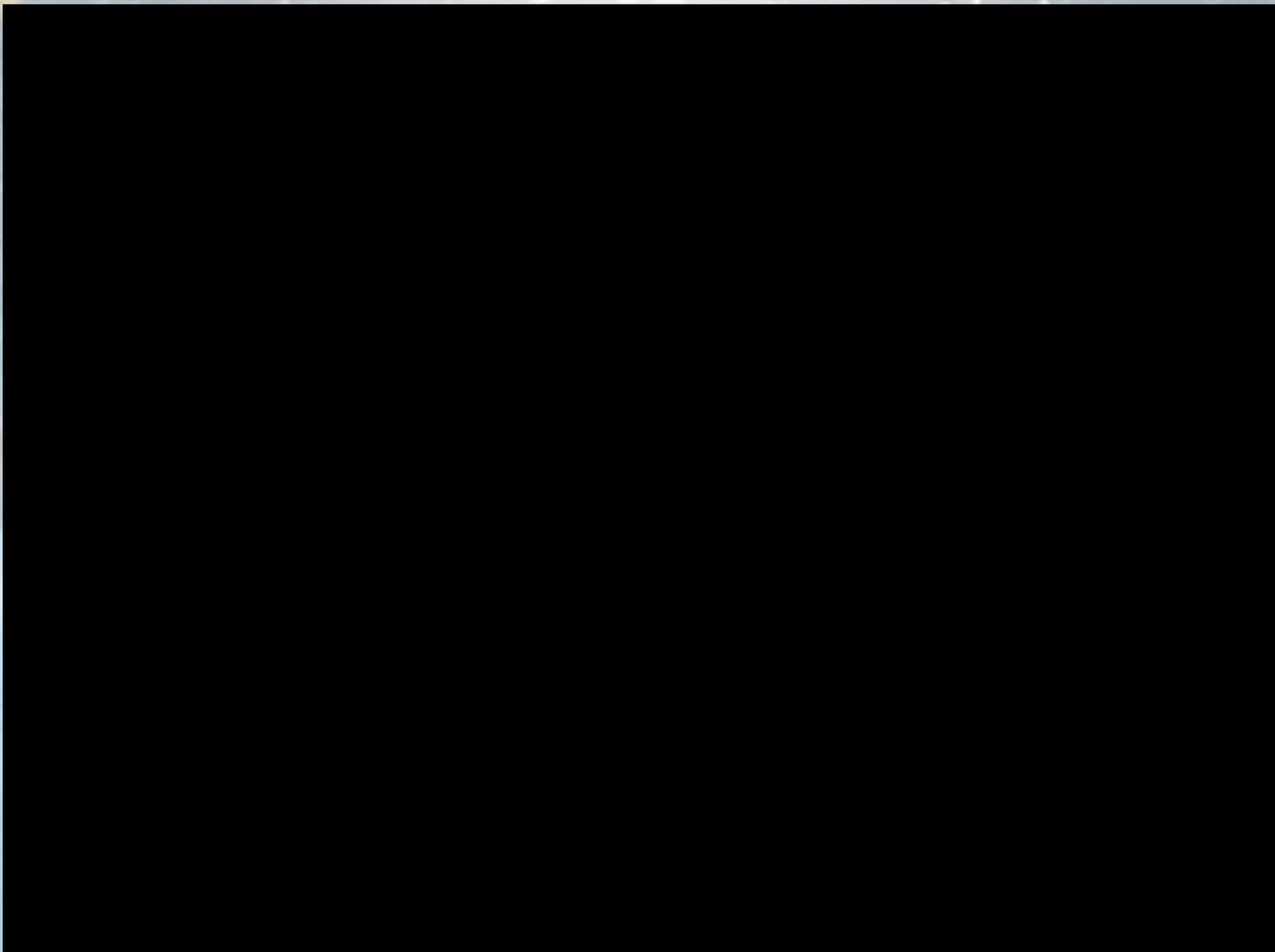
**Работа ног «кролем на груди» в скольжении с опорой на доску
(с задержкой дыхания).**

**Ноги в коленях не сгибать,
носки оттянуты и повернуты немного внутрь.
Вдох выполняется во время подъёма головы вперёд**



Дыхательные упражнения

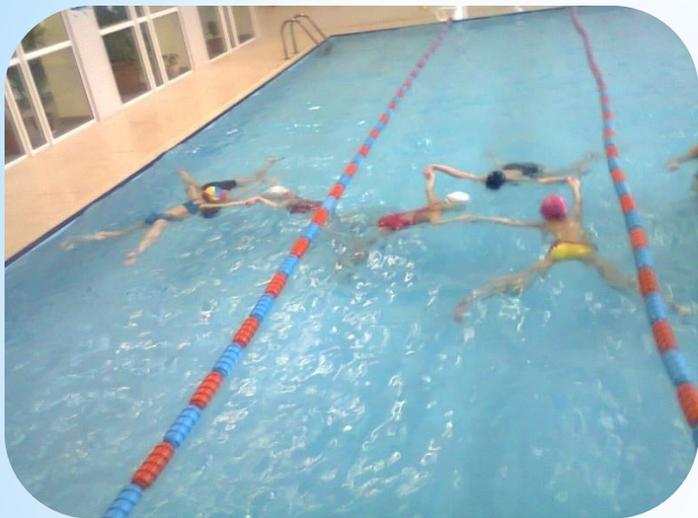
«Поплавок» играющие сделав глубокий вдох, приседают на дно и, обхватив колени руками (голова опущена, колени прижаты к груди, подбородок прижат к груди) всплывают на поверхность



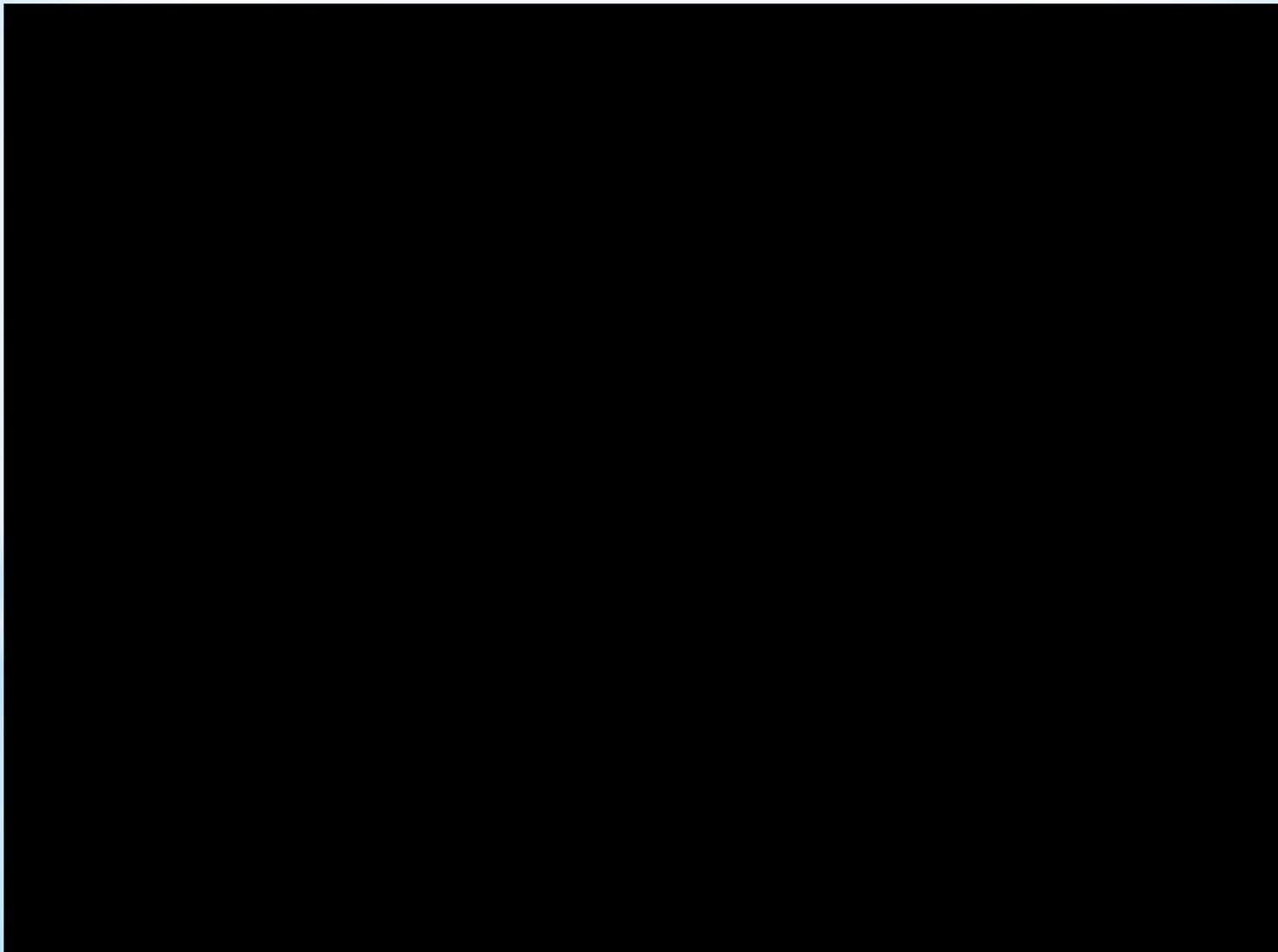
**Работа ног «кролем на спине»
в скольжении с опорой на доску**



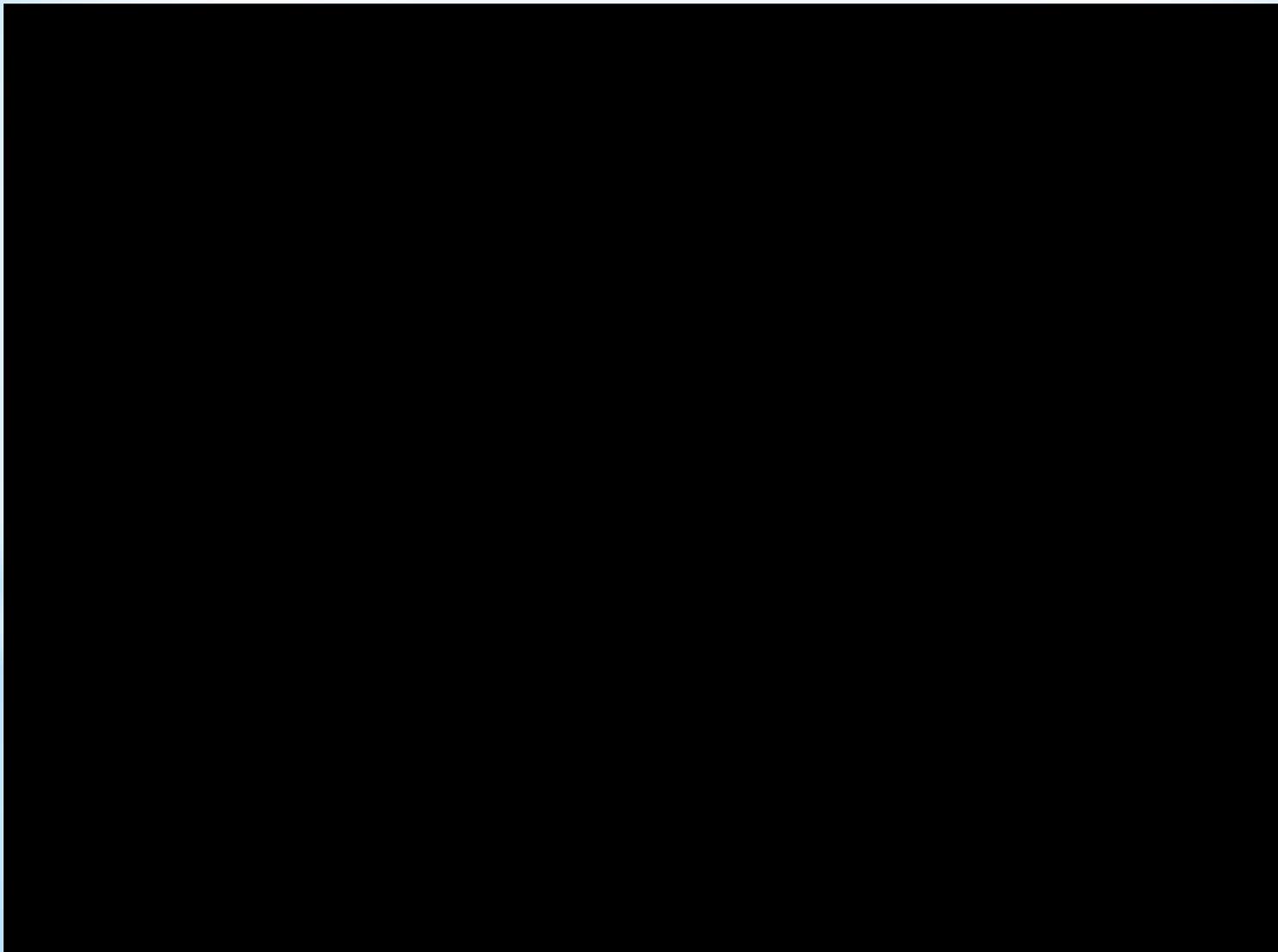
**Дыхательные упражнения
«Звезда» на груди в группах.
Лечь на грудь,
разведя в стороны руки и ноги**



Игра с мячом «Третий лишний»



**Дыхательные упражнения
«Лежание» на воде с вытянутыми руками.
Задержка дыхания под водой.**



<p>3. Заключите льная часть</p>	<p>Рефлексия Предлагает определить уровень своих достижений. Домашнее задание</p>	<p>Анализируют свою деятельность (оценивают свои достижения, чувства и эмоции, возникшие в ходе и по окончании работы) Определять собственные ощущения при освоении учебной задачи на уроке.</p>	<p>5 мин.</p>	<p>Дать самооценку собственной деятельности (Л) Применять полученные знания в организации и проведения досуга (Р) Осознавать надобность домашнего задания (Л)</p>
---	---	--	---------------	---

An aerial photograph of a large stadium, likely the Luzhniki Stadium in Moscow, showing the tiered seating and the central field. The sun is shining brightly in the center of the stadium, creating a large, bright circular area. The text "Спасибо за внимание" is overlaid on the image in a bold, black font.

**Спасибо за
внимание**