|  |  |
| --- | --- |
| **C:\Users\стспо\Desktop\знак новчб.jpg**  | **государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Самарской области «Самарский колледж сервиса производственного оборудования имени Героя Российской Федерации Е.В. Золотухина»** |

**Р. Б. Климачёв**

**Методическая разработка открытого урока**

**ОГСЭ. 04 Физическая культура**

**по специальности 15.01.05 Сварщик ручной и частично механизированной сварки (наплавки)**

**Самара, 2023 г.**

**Содержание**

|  |  |
| --- | --- |
| План-конспект урока. Цели и задачи методической разработки | 3 |
| Технологическая карта. Ход учебного занятия | 4 |
| Список используемой литературы  | 9 |

**План-конспект урока**

**Конкурсант** Климачёв Роман Борисович

**Дисциплина** ОГСЭ.04 Физическая культура

**Тема «**Обучение кувырку вперед и назад»

**Тип занятия** Комбинированный

**Длительность** 45 минут

**Цель урока**: Мотивация учебной деятельности. Развитие интереса к гимнастике.Обучение технике кувырков вперед, назад

**Задачи:**

**Образовательные (предметные):**

- Актуализировать знания обучающихся о технике кувырков вперед, назад- Познакомить студентов с фазами выполнения техники кувырков вперед, назад
- Формировать у студентов двигательно-координационные качества, способствующие в том числе профессиональной деятельности;

- Закрепить знания и умения о технике кувырков вперед, назад

**Развивающие (метапредметные результаты):**

- формирование двигательной активности, ловкости и координации;

- развитие физической активности для достижения жизненных и профессиональных целей;

- способствовать совершенствованию навыков внимания и скорости.

**Воспитательные (личностные результаты):**

- формировать потребности в ежедневном выполнении физических упражнениях;

- воспитывать интерес к дисциплине физическая культура, через чередование различных форм и методов на уроке;

- воспитывать уважительное отношение друг к другу через организацию работы в группах и парах;

**Оздоровительная**: содействовать укреплению здоровья, достижению гармонии в физическом развитии.

**Формирование общих компетенций**

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

ОК 7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий.

 **Используемые образовательные технологии**:

технология группового обучения, здоровье сберегающие технологии, игровые технологии, технологии уровневой дифференциации

**Материалы и оборудование**: маты

 **Этапы учебного занятия**

1. Организационный этап
2. Подведение к теме урока. Объявление темы, целей и задач урока
3. Актуализация знаний
4. Подготовительный этап
5. Основной этап.
6. Заключительная часть.
7. Дифференцированное домашнее задание.

**Технологическая карта. Ход учебного занятия**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Этапы урока | Деятельность учителя | Деятельность учащихся | УУД |
| Подготовительный (15 минут) | Построение. Приветствие -«Равняйсь! Смирно!»Проверяетготовность обучающихся к уроку, озвучивает тему и цель урокаПовторение правила ТБ на уроках гимнастики-«Направо! Налево в обход шагом марш!»-«Бегом марш!»Бег: в легком темпе, змейкой, приставными шагами левым/правым боком, с ускорением;Перестроение в две колонныОРУ на месте1. И.п. стойка ноги врозь руки на пояс

1-наклон головы вправо2-наклон головы влево3-наклон головы вперед 4-наклон головы назад1. И.п. стойка ноги врозь, руки на пояс

1-Руки в стороны2-Руки вверх3-Руки вперед4-И.п.1. И.п. стойка ноги врозь, руки к плечам.

1-4–круговые движения руками вперед5-8 -круговые движения руками назад1. И.п. стойка ноги врозь, руки на пояс

1- наклон туловища влево, правую руку вверх2- И.п.3- наклон туловища вправо, левую руку вверх4-И.п.1. И.п.- тоже

1- наклон к правой ноге2- наклон касаясь3- наклон к левой ноге4-И.п.1. И.п. стойка, руки на пояс

1 – выпад правой, руки вперед2 – и.п.3 – выпад левой, руки вверх4 – и.п.1. И.п. тоже

1-4- выпад вправо пружинистые покачивания5-8-тоже влево1. И.п. стойка ноги врозь, руки вперед

1 – мах правой вперед, коснуться левой руки2 - и.п.3 – мах левой вперед, коснуться правой руки1. И.п. узкая стойка, руки на пояс

1-4- круговые движения голеностопным суставом правой 5-8-тоже левой1. И.п. узкая стойка, руки внизу

1-10 -прыжки вверх с подтягиванием колен к груди | Строятся в одну шеренгу, слушают тему и цель урокаНазывают правила ТБВыполняют команды учителяСледить за равнением и дистанциейВыполнять медленно, без резких движенийСпина и руки прямыеВыполнять с большой амплитудойРуки прямыеСпина прямая, руками касаться ног и полаРуки прямые, ноги согнуты в коленях под углом 90Колено смотрит прямо, амплитудные покачиванияВыполнять с большой амплитудой, руки и ноги прямыеВыполнять с большой амплитудойСпина прямая | ***Личностные***: воспитание дисциплинированности,понимание необходимости выполнения упражнений на осанку***Регулятивные***: развитие внимания;умение оценивать правильность выполнения двигательного действия;умение организовать собственную деятельность.***Личностные***: понимание необходимости выполнения упражнений на восстановление дыхания.***Коммуникативные***: умение взаимодействовать со сверстниками по правилам. |
| Основной (23 минут) | Создает необходимость самих учеников озвучить тему и цель урока; создает эмоциональный настрой на изучение нового предмета. Задает вопросы: *Скажите, ребята, какой вид спорта богат различными снарядами, подчеркивает красоту, грацию, пластику?*ГимнастикаСкажите, ребята, как называется этот спортивный инвентарь, который вы видите сейчас на полу?*Гимнастический мат.*Какие упражнения можно выполнять на гимнастическом мате?*Акробатические упражнения.* Сегодня мы будем с вами изучать кувырки вперед, назад.Выполнения упражнений.1. Кувырок вперед:

а) группировка в упоре присев;б) перекат вперед-назад;в) группировка в упоре присев – перекат вперед-назад, группировка в упоре присев;г) кувырок вперед (слитное выполнение);1. Кувырок назад:

а) из положения седа с наклоном вперед перекат на спину в группировке; обратным движением вернуться в исходное положение;б) кувырок назад в упор на коленях;в) кувырок назад, с помощью другого ученика; | Слушают наводящие вопросы учителяУчащиеся отвечают.Настраиваются на учебную деятельность, ответы на вопросы учителя.Упражнения выполняют на матах в двух шеренгах, интервал между учениками 80-100 см.Обратить внимание на положение головы, круглую спину. Слегка развести колени, локти прижать, захват чуть ниже колен.Следить за положением головы: голова должна быть наклонена вперед, до касания подбородком груди; за правильной группировкой. | ***Познавательные:****общеучебные*– извлекают необходимую информацию из примера учителя*логические –*осуществляют поиск необходимой информации.***Личностные:***воспитание дисциплинированности***Регулятивные:***развитие внимания, умеют оценивать правильность выполнения действия; вносят необходимые коррективы в действие после его завершения и учета характера сделанных ошибок из примера учителя,Умение устанавливать причинно-следственные связи,***Коммуникативные:***Умение выдвигать гипотезы о связях и закономерностях в технике проводимых элементов, подтверждать и выявлять ошибки на основе изученной информации. |
| Заключительный (5 минут) | ПостроениеПодведение итогов урока.Проводит беседу по вопросам: - Чем мы сегодня занимались?- Что вам было сложно выполнить на уроке? Намечает перспективу следующего занятияВыставление оценок.Домашнее задание | Отвечают на вопросы. Определяют свое эмоциональное состояние на уроке | ***Коммуникативные****:*формирование устойчивого познавательного интереса***Личностные:***Формируют умение давать оценку своей работе на уроке.***Регулятивные***: адекватно воспринимают оценку учителя, прогнозируют результаты уровня освоения изучаемого материала. |
| Дифференцированное домашнее задание. Методические рекомендации  2 мин. | *Домашнее задание:* *Найти и запомнить 3 упражнения для развития двигательно-координационных способностей и показать на следующем уроке физкультуры в своих группах на оценку.**Желающие получить дополнительную оценку могут подготовить сообщение* *(не менее 10 предложений) на тему: «Техника кувырка вперёд, назад»* | Слушают домашнее задание | **Дифференцированное домашнее задание. Методические рекомендации**  2 мин. |

**Список литературы:**

1. Гимнастика. Учебное пособие. 6-е издание 2019 А. И. Жилкин, В. С. Кузьмин, Е. В. Сидорчук Москва, «Академия»
2. Филин В.П. – Теория и методика юношеского спорта: Учебное пособие для институтов и техникумов физической культуры.-М.: Физкультура и спорт,1919.-128с.
3. Попов В.Б.,Суслов Ф.П., Германов Г.Н. – Гимнастика для юношества .-М.- Воронеж, 2019
4. Гужаловский А.А, Развитие двигательных качеств у студентов-СПБ Москва НИИ Физкультура 2020-128с