|  |  |
| --- | --- |
| **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 урока  Повторение 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 колонны  ОРУ на месте   1. И.п. стойка ноги врозь руки на пояс   1-наклон головы вправо  2-наклон головы влево  3-наклон головы вперед  4-наклон головы назад   1. И.п. стойка ноги врозь, руки на пояс   1-Руки в стороны  2-Руки вверх  3-Руки вперед  4-И.п.   1. И.п. стойка ноги врозь, руки к плечам.   1-4–круговые движения руками вперед  5-8 -круговые движения руками назад   1. И.п. стойка ноги врозь, руки на пояс   1- наклон туловища влево, правую руку вверх  2- И.п.  3- наклон туловища вправо, левую руку вверх  4-И.п.   1. И.п.- тоже   1- наклон к правой ноге  2- наклон касаясь  3- наклон к левой ноге  4-И.п.   1. И.п. стойка, руки на пояс   1 – выпад правой, руки вперед  2 – и.п.  3 – выпад левой, руки вверх  4 – и.п.   1. И.п. тоже   1-4- выпад вправо пружинистые покачивания  5-8-тоже влево   1. И.п. стойка ноги врозь, руки вперед   1 – мах правой вперед, коснуться левой руки  2 - и.п.  3 – мах левой вперед, коснуться правой руки   1. И.п. узкая стойка, руки на пояс   1-4- круговые движения голеностопным суставом правой  5-8-тоже левой   1. И.п. узкая стойка, руки внизу   1-10 -прыжки вверх с подтягиванием колен к груди | Строятся в одну шеренгу, слушают тему и цель урока  Называют правила ТБ  Выполняют команды учителя  Следить за равнением и дистанцией  Выполнять медленно, без резких движений  Спина и руки прямые  Выполнять с большой амплитудой  Руки прямые  Спина прямая, руками касаться ног и пола  Руки прямые, ноги согнуты в коленях под углом 90  Колено смотрит прямо, амплитудные покачивания  Выполнять с большой амплитудой, руки и ноги прямые  Выполнять с большой амплитудой  Спина 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?*  Гимнастика  Скажите, 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 учителя  Учащиеся 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) | Построение  Подведение итогов урока.  Проводит беседу по вопросам:  - Чем мы сегодня занимались? - Что вам было сложно выполнить на уроке? Намечает перспективу следующего занятия  Выставление 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