

Огородников Андрей Николаевич

учитель физической культуры

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

лицей №5

Свердловская область, г. Камышлов

СЦЕНАРИЙ УРОКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В 5 КЛАССЕ

«ТЕХНИКА ПЕРЕДАЧИ ЭСТАФЕТНОЙ ПАЛОЧКИ»

Тема урока: Техника передачи эстафетной палочки.

Класс: 5

Авторы УМК: В.И.Лях, А.А. Зданевич «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов». М.: Просвещение, 2010г.

Цели урока (планируемые результаты):

Личностные:

- развитие самостоятельности в приобретении новых знаний и практических умений;
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях.

Метапредметные:

Регулятивные УУД:

- определять и формулировать цель деятельности;
- осуществлять действия по реализации плана;
- соотносить результат своей деятельности с целью и оценивать его.

Познавательные УУД:

- извлекать информацию;
- ориентироваться в своей системе знаний и осознавать необходимость нового знания;

- добывать новые знания (информацию) из различных источников и разными способами.

Коммуникативные УУД:

- доносить свою позицию до других, владея приёмами монологической и диалогической речи;

- понимать другие позиции (взгляды, интересы);

- договариваться с людьми, согласуя с ними свои интересы и взгляды, для того чтобы сделать что-то сообща.

Предметные:

- осваивать технику передачи эстафетной палочки самостоятельно, выявлять и устранять характерные ошибки в процессе освоения;

- совершенствовать технику передачи эстафетной палочки.

Обеспечение урока: эстафетные палочки, комплект документов для рабочих групп, спортивная одежда и обувь, беговая дорожка.

Этапы урока	Деятельность учителя	Деятельность учеников
I. Организационный момент, разминка (7 мин)	- Построение. - Организует разминку.	- Строятся. - Проводят разминку.
II. Мотивация к учебной деятельности (2 мин)	- Послушайте, пожалуйста, интересный факт из мира спорта и ответьте на мой вопрос. <i>В этом виде легкой атлетики фаворитами являются сборные команды США. Сборные Ямайки, Великобритании и России постоянно пытаются оспорить этот факт. На последних Олимпийских играх сборные США по этому виду легкой атлетики к удивлению соперников растеряли почти все снаряды, которые используются в этом виде спорта. Это позволило победить женской сборной России и мужской сборной Ямайки. Но как говорится, везет сильнейшим.</i> <i>Снаряд, используемый в этом виде легкой атлетики, равен примерно 30 см в длину, 4 см в диаметре и весит около 50 г.</i>	- Слушают.

<p>III. Формулирование темы урока, постановка цели (2 мин)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - О каком виде легкой атлетики идет речь? - Какой снаряд используется при эстафетном беге? - Как вы думаете, почему сборная США, потеряла палочку и не смогла стать олимпийским чемпионом? - Как вы думаете, какая тема нашего сегодняшнего урока? - А как мы сформулируем цель нашего урока? 	<ul style="list-style-type: none"> - Отвечают на вопросы. - «Передача эстафетной палочки». - Овладение техникой передачи эстафетной палочки.
<p>IV. Изучение нового (10 мин)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Чтобы познакомиться с правилами передачи эстафетной палочки, мы разделимся на 4 группы. - Расчет на 1-4. - Выдает материалы группам (<i>Приложение 1, Приложение 2</i>). - Контролирует работу групп. 	<ul style="list-style-type: none"> - Производят расчет. - Работают в группах по изучению нового материала.
<p>V. Закрепление нового (15 мин)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Дает указания по выполнению упражнений: 1. Передача ЭП правой и левой рукой на месте, без предварительной имитации и с предварительной имитацией движений рук, как при беге. 2. Передача эстафетной палочки по сигналу передающего при передвижении шагом. 3. Передача эстафетной палочки по сигналу передающего при передвижении в медленном беге, а затем в быстром. 4. Передача ЭП в четверках движением руки снизу – вперед - вверх: а) на месте с имитацией движений рук, как при беге; б) в беге на месте. 	<ul style="list-style-type: none"> - Выполняют упражнения для закрепления техники передачи и приема эстафетной палочки.
<p>VI. Контролирующее задание (12 мин)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Дает контролирующее задание. 	<ul style="list-style-type: none"> - Демонстрируют технику передачи ЭП в парах. - Оценивают выполнение, сравнивая с эталоном.
<p>VII. Рефлексия учебной деятельности на уроке (3 мин)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Какие ошибки вы допускали при передаче ЭП? - Исходя из этого, сформулируйте для себя ДЗ. 	<ul style="list-style-type: none"> - Формулируют типичные ошибки. - Формулируют ДЗ.

ТЕХНИКА ПЕРЕДАЧИ ЭСТАФЕТНОЙ ПАЛОЧКИ

Существуют два способа передачи эстафетной палочки: снизу — вверх и сверху—вниз. При первом способе бегун, принимающий эстафетную палочку, отводит руку (противоположную руке передающего бегуна) назад чуть в сторону, большой палец отводится в сторону плоскости ладони, четыре пальца сомкнуты, ладонь смотрит прямо назад. Передающий бегун вкладывает эстафетную палочку движением снизу—вверх между большим пальцем и ладонью. Почувствовав прикосновение эстафетной палочки, принимающий бегун захватывает ее, сжимая кисть.

При втором способе рука отводится также назад чуть в сторону, но плоскость ладони смотрит вверх. Передающий бегун вкладывает эстафетную палочку движением сверху—вниз, опуская ее на ладонь. При соприкосновении палочки с ладонью принимающий бегун захватывает ее, сжимая кисть.

Когда бегун, передающий эстафету, достигает контрольную отметку, принимающий бегун начинает стартовый разгон. Вбегая в зону передачи эстафеты, оба бегуна сближаются, первый догоняет второго, передающий бегун за 2 беговых шага должен дать краткую команду голосом для того, чтобы принимающий бегун выпрямил и отвел руку назад для передачи эстафеты. После выполнения передачи бегун, принявший эстафету, выполняет быстрый бег по своему этапу, а бегун, передавший эстафету, постепенно замедляя бег, останавливается, но не выходит за боковые границы своей дорожки. Только после пробегания зоны передачи другими командами он покидает дорожку.

Расстояние между бегунами в момент передачи равняется длине отведенной назад руки бегуна, принимающего эстафету, и длине выпрямленной вперед руки бегуна, передающего эстафету. Это расстояние может несколько увеличиться за счет наклона вперед при передаче передающего бегуна. Такое

расстояние может быть выдержано только при рациональной технике передачи эстафеты на соответствующей скорости бега.

Приложение 2

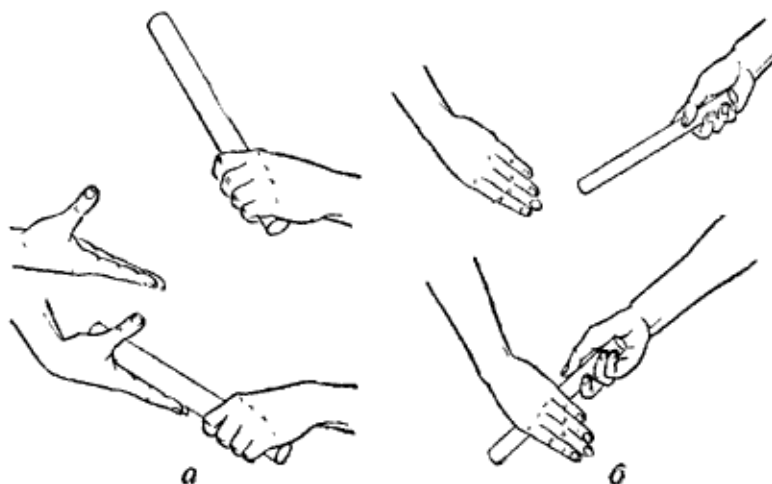


Рис. 47. Способы передачи эстафетной палочки: а — сверху, б — снизу.

