

Технологическая карта занятия по плаванию тренера-преподавателя Трусовой А.В.

Тема урока	Обучение технике плавания кролем на груди с использованием элементов прикладного плавания.
Тип урока	Комбинированный.
Дата урока	15.01.2015 г.
Образовательные ресурсы	Плавательные доски, колобашки, свисток, обручи, шайбы, резиновые кольца и игрушки.
Цель урока	Создание условий для формирования жизненно-важного навыка плавания посредством выполнения специальных упражнений с элементами прикладного плавания.
Задачи урока	<ol style="list-style-type: none">1. Учить выполнению выдоха в воду, открыванию глаз в воде, скольжению на груди при помощи работы ног кролем и умению ориентироваться под водой.2. Развивать ловкость, быстроту, выносливость.3. Воспитывать сообразительность, дисциплину, чувство товарищества.4. Повышать функциональные возможности организма, способствовать закаливанию, формированию правильной осанки.
Средства и методы обучения	Методы: групповой, игровой, соревновательный. Средства: общеразвивающие и имитационные упражнения, упражнения по освоению с водой, элементы прикладного плавания, игры, эстафеты.
Основные понятия и термины	Прикладное плавание, скольжения, выдохи в воду, отрывание глаз в воде, эстафеты.

Планируемые образовательные результаты

Научатся:

- проплывать бассейн при помощи плавательных средств, выполняя выдох в воду и открывая глаза в воде;
- собирать предметы с поверхности воды, доставать со дна бассейна, быстро переключаясь с одной деятельности на другую (составление слов на спортивную тематику).

Получат возможность:

- оценивать свой уровень плавательной подготовленности и уровень сверстников на основе критериев успешной деятельности.

Будут стремиться:

- к осмысленному выполнению заданий;
- рефлексии действий;
- контролю и оценке своих поступков.

Смогут ответить на вопросы «Что мне удалось? Что не удалось и почему?»

Организационная структура занятия

Этапы урока	Деятельность учителя	Деятельность ученика	Коммуникативные	Познавательные	Личностные	Регулятивные
Построение	Приветствие, проводится переключка.	Построение в шеренгу и расчет по порядку.				Знакомство с новым материалом, неизвестные термины и упражнения ориентированы на целенаправленное формирование регулятивных УУД
Сообщение задач урока.	Объяснение задач урока, Диалог с учениками по предыдущему уроку. Название терминов.	Отвечают на вопрос: «Какие способы плавания знают?» Запоминают и проговаривают формулировку термина «Прикладное плавание».	Организация и планирования учебного сотрудничества с учителем и сверстниками.	Формируется понимание здоровьесберегающей, игровой технологий.	Формируется мотивация к данному уроку плавания.	
Подготовка организма к основной части занятий.	Показ общеразвивающих и имитационных упражнений « Мельница» в сравнении с рисованием солнышка.	Выполняют имитационное упражнение «Мельница» как при плавании кролем на груди, на спине, дельфином.	Умение видеть деятельность сверстников, сравнивать и стремиться выполнить движение правильно.	Учатся выполнять упражнения для подготовки организма к предстоящей нагрузке.	Формируется познавательный интерес (как разученное упражнение на суше выполнить в воде?)	Целеполагание, как постановка учебной задачи на основе того, что уже известно и освоено и того, что еще не известно.
Вход в воду.	Построение вдоль малого бортика, расчет на первый-второй.	Выполняют расчет на первый и второй, распределяются на команды, придумывают название своей команде.				

Учебные действия.	- Передвижения по дну бассейна (игра «Переправа»)	Эстафета. Выполняют игровые действия с передвижением по дну, со скольжением и работой ног (как при плавании кролем на груди).	Учатся эффективно сотрудничать, осуществлять взаимный контроль и необходимую взаимопомощь.	Учатся транспортировать предметы при помощи подручных средств (в данном случае - колобашка). Учатся выполнять передвижения в воде, скольжение на груди, выдохи в воду.	Умение взаимодействовать со сверстниками, сопереживать и быть готовым прийти на помощь. Уважение к личности и ее достоинству.	Адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действий и стремиться к исправлению ошибок.
	- Скольжение в обруч (игра «Подводные ворота»)	Эстафета направлена на обучение элементам прикладного плавания (проныривание под водой в анаэробных условиях).	Учатся работать в команде.	Осваивают погружение под воду с головой на задержке дыхания.	Умение включаться в коллективную деятельность.	Контролировать, оценивать свои возможности.
	- Скоростная эстафета: 1 уровень: с плавательной доской; 2 уровень: плавание кролем на груди в полной координации.	Выполнение эстафеты с разделением каждой команды на 2 части и проплывание каждым участником 1 отрезка бассейна по уровням сложности.	Учатся сотрудничать со сверстниками.	Осваивают технику работы ног при плавании кролем на груди, технику плавания кролем на груди в полной координации.	Ученик способен к волевому усилию. Зарождается стремление к победе.	Адекватно оценивать возможности команды, правильность выполнения действий.
Игра «Искатели сокровищ». 1 вариант: с буквами. 2 вариант: с шайбами и кольцами.	Выполнение игры групповым методом по команде (сбор плавающих букв с поверхности воды, сбор тонущих предметов со дна)	Учатся взаимодействовать в группе учащих, соблю-	Учатся погружению под воду, находить и поднимать предметы со дна, быстро	Учатся в предложенной ситуации делать свой выбор (быстрая ориентация под	Учатся давать эмоциональную оценку деятельности	

<p>Выход из воды</p>	<p>- Упражнения на восстановление дыхания (выдохи в воду).</p> <p>Подведение итогов. Ответы на вопросы учителя. Отмечаются учащиеся, отличившиеся вниманием и трудолюбием. Дается задание на дом.</p>	<p>бассейна). Составление слов на тему «СПОРТ»</p> <p>Выполняют восстановительные выдохи в воду, произносят звуки под водой на выдохе.</p> <p>Выполняют организованный выход из воды, соблюдая технику безопасности. Получают возможность сказать, что получилось и больше понравилось на уроке.</p>	<p>дая правила поведения и общения со сверстниками.</p> <p>Учатся делать выводы в результате совместной работы всех детей.</p>	<p>составлять из букв слова.</p> <p>Учатся осуществлять сравнение, объяснять, как исправлять допущенные ошибки.</p>	<p>водой, нахождение предметов).</p> <p>Учатся контролю своих действий, поступков.</p>	<p>всех детей на уроке.</p> <p>Моделируется умение адекватно, осознанно и произвольно строить речевое высказывание в устной форме.</p>
----------------------	---	--	--	---	--	--