

Конспект занятия
для обучающихся объединения «Новое поколение»
второго года обучения
Тема: «Наш помощник – это мяч»

Раработал:
педагог ДО
Донская Екатерина Васильевна,

Технологическая карта дистанционного занятия
педагога дополнительного образования
Донской Екатерины Васильевны
(ФИО)

Образовательная программа: «Азбука здоровья»

Год обучения: 2

Раздел, тема занятия: Школа мяча. «Наш помощник – это мяч» (упражнения и игры с малым мячом).

Тип занятия: Изучение новой темы.

Цель занятия: Развитие ловкости с помощью маленьких мячей.

Задачи занятия:

Образовательные:

- научить изготавливать мяч маленького размера из подручных средств;
- повторить спортивные игры, где используются малые мячи;
- разучить комплекс упражнений с одним мячом;
- познакомить с упражнениями с 2 малыми мячами;
- совершенствовать технику работы с мячом из разных исходных положений;
- закрепить правила техники безопасности во время проведения дистанционных занятий и при работе с мячами.

Воспитательные:

- формировать культуру общения, толерантные, вежливые отношения друг к другу;
- формировать умение работать в коллективе;
- воспитывать у детей социально - значимые личностные качества: целеустремленность, организованность, инициативность, выносливость, трудолюбие, воспитывать собранность и дисциплинированность.

Развивающие:

- способствовать развитию ловкости, скорости, выносливости;
- развивать интерес к различным видам спорта с мячом;
- развивать у детей стремление к укреплению и сохранению своего собственного здоровья посредством занятий физической культурой;
- развивать умение планировать, контролировать и давать оценку двигательным действиям своим и одноклассников;
- развивать умение осознанно и произвольно строить речевые высказывания в устной форме, используя терминологию физической культуры.

Виды работы, формы, методы, приемы: активизирующая разминка (демонстрация движения); текущий контроль; методы контроля и самоконтроля эффективности обучения; словесные оценки; текущий контроль и коррекция действий; наглядный; прием создания ситуации «успеха»; ритуалы приветствия-прощания; рефлексия - оценка занятия; приемы, активизирующие мыслительную деятельность обучающихся; групповое взаимодействие; игровой метод; метод анализа конкретных ситуаций; свободный обмен мнениями; метод создания проблемной ситуации.

Используемые педагогические технологии: личностно-ориентированная, информационно-коммуникативная, здоровьесберегающая, игровая, системно – деятельностный подход.

Форма контроля: Устный опрос, текущий контроль, показ упражнений.

Сервисы и инструменты для организации образовательного взаимодействия: Zoom, ВКонтакте, АИС СГО «Сетевой город. Образование», YouTube.

Оборудование: компьютеры с выходом в сеть Интернет, 2 мяча d-8см (или 4 листа бумаги формата А-4 или 2 пары носков).

Дидактические средства:

- для педагога: образовательная программа, методическая литература, технологическая карта занятия,
- для детей: видеоролики «Комплекс ОРУ с мячом», «Упражнения с 2 теннисными мячами, презентация «Мир мячей».

Литература и интернет-источники:

1. Дополнительная общеобразовательная программа «Азбука здоровья».
2. Бутин И.М., Бутина И.А. Физическая культура в начальных классах. –М.: Владос – пресс, 2011. – 176 с.
3. Ковалько В.И. Уроки физической культуры в начальной школе: Методические рекомендации. – М.: Вак, 2013 . – 272 с.
4. Лях В.И. Физическая культура. 1-4 классы: учебник для общеобразовательных учреждений. – М.: Просвещение, 2020. – 190 с.
5. https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%98%D0%B3%D1%80%D1%8B_%D1%81_%D0%BC%D1%8F%D1%87%D0%BE%D0%BC
6. https://www.youtube.com/watch?v=u_TkC4xvZ8M
7. https://vk.com/video-193178963_456239132

Планируемые результаты:

Личностные УУД:

- воспитание личностных качеств (активности, умение сотрудничать, личной взаимной ответственности, самоорганизации);
- формирование ценностного отношения к совместной познавательной деятельности;

Метапредметные УУД:

Познавательные:

- умение осуществлять поиск необходимой информации для выполнения задания;
- умение работать с информацией;
- умение устанавливать причинно-следственные связи, проводить сравнение и классификацию по заданным критериям.

Коммуникативные:

- формирование навыков конструктивного взаимодействия с окружающими;
- умение адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач.

Регулятивные:

- умение формулировать цель и задачи урока;
- умение планировать свое время и действия в соответствии с поставленной задачей;
- умение осуществлять контроль и самоконтроль;
- умение оценивать свои знания, возможности и перспективы.
- умение бережно относиться к инвентарю.

№ п/п	Этап занятия	Время, мин.
I	Вводная часть.	5 минут
1.	Организационный момент. Мотивация учебной деятельности обучающихся. Постановка целей и задач занятия. Сообщение темы занятия.	5 минут
II.	Основная часть.	28 минут
1.	Изготовление мяча	3 минуты
2.	ОРУ с малым мячом.	8 минут
3.	Упражнения с 2 мячами	11 минут
4.	Контроль	3 минуты

5.	Игровые упражнения с мячом	3 минуты
III.	Заключительная часть.	7 минут
1.	Подведение итогов занятия. Рефлексия. Домашнее задание	7 минут
	Итого:	40 минут

№	Этапы занятия	Действия педагога	Действия обучающихся	Ссылка на ЭОР с открытым доступом
I.	Организационный (установление связи, объявление темы, постановка цели и задач, мотивация).	- Здравствуйте, ребята. Рада видеть каждого на нашем занятии! Пожалуйста, выключите микрофоны, включаем только при ответе. Сейчас вы отвечаете только используя руки или голову. Кто хочет стать ловким, иметь хорошую координацию движения? Смогут стать таковыми: а-активные, б-быстрые, в-внимательные, г-говорящие по делу, д-дисциплинированные. Я буду в течение занятия делать пометки себе. При подведении итогов сравним с вашей самооценкой. Согласны? В наш мир ОФП на занятия вошли мячи. С каким мячом мы начали работать на прошлой встрече? Работа с набивным мячом способствует развитию какого качества? Сегодня мы продолжим знакомство с мячами и начнем работать с мячами маленькими или малыми. И тема занятия «наш помощник – это мяч». Какие маленькие мячи вы знаете? В каких видах спорта они используются (<i>Детские резиновые, пластмассовые, мячи для настольного тенниса, большого тенниса, для игры в сквош, бейсбольный мяч, мяч для игры в хоккей на траве, лапты, гольфа, для поло</i>). Кто хотел бы научиться оперировать двумя малыми мячами одновременно? Хлопните в ладоши. Какое физическое качество мы будем развивать, работая с мячами? Сформулируем цель урока.	Поднимают руку вверх. Большой палец правой руки вверх или вниз. Ответы обучающихся через микрофон по согласованию с педагогом. Хлопок в ладоши Развитие ловкости с помощью маленьких мячей.	Идентификатор: 5512489821 Код доступа: 123456 Презентация «Мир мячей» 12-21 слайд
II.	Основной (ход занятия).	Ребята, очень часто бывает так, что дома нет того или иного инвентаря. И многие считают это проблемой. Как вы можете	Ответы детей (яблоки, апельсины,	

	Комплекс ОРУ с малым мячом	выйти из сложившейся ситуации? Что можно использовать вместо мячей. Ваши ответы мне очень понравились. Но я предлагаю сегодня изготовить за 1 минуту муляжи мячей либо из бумаги, либо из носков. Я просила приготовить либо 4 листа бумаги формата А-4, либо 2 пары носков. Встали из-за столов. Проверили место для тренировки согласно технике безопасности. Помашите правой рукой - кто готов?! Поехали! А начинается всегда занятие с чего? Конечно, с разминки. И сегодня разучим новый небольшой комплекс упражнений с одним малым мячом. Внимание на экран. <u>Демонстрация двигательных действий, ходьба:</u> 1. И.п. – о.с., мяч в левой руке. 1–2 – руки через стороны вверх, потянуться и передать мяч в правую руку – вдох; 3–4 – руки через стороны вниз, за спиной передать мяч в левую руку – выдох. Когда руки вверху, смотреть на мяч. <i>Усложненный вариант:</i> 1–2 – подняться на носки. 2. И.п.: ноги врозь, руки в стороны, мяч в правой руке. 1 – наклон к левой ноге, руки вниз, передать мяч в левую руку под ногой – выдох; 2 – выпрямиться, руки в стороны – вдох; 3–4 – то же к другой ноге, передавая мяч в правую руку. Наклоны выполнять, не сгибая колени. Упражнение можно дополнить, делая рывок руками назад (при разведении рук в стороны). 3. И.п.: стойка ноги врозь, мяч в левой руке. 1–2 – поворот вправо, удар мяча о пол; 3 – поймать мяч двумя руками; 4 – мяч в правой руке; 5–8 – то же в другую сторону. Мяч бросать строго вертикально. Ноги с места не сдвигать, пятки от пола не отрывать. 4. И.п.: ноги врозь, мяч в руках. 1 – бросок мяча вверх; 2 – присесть, поймать мяч двумя руками; 3 – в приседе бросок мяча вверх; 4 – встать, поймать мяч. Высота броска не более 1–1,5 м. При выполнении упражнения с места не сходить. <i>Сложный вариант:</i> после броска надо присесть и встать, затем поймать мяч. Дыхание произвольное. 5. И.п.: мяч в правой руке. 1 – согнуть вперед правую ногу, мяч под колено; 2 – зажать мяч	мандарины, мягкие маленькие игрушки). Изготовление импровизированных мячей из подручных средств путем скомкивания бумаги или сворачивания носков. Осмотр комнаты согласно ТБ. Выполнение общеразвивающих упражнений.	https://vk.com/video-193178963_456239132
--	-----------------------------------	---	--	--

	под коленом, отвести согнутую ногу назад и прогнуться; 3 – правую ногу вперед и левой рукой взять мяч; 4 – ногу вниз. То же левой ногой. При отведении ноги назад для сохранения равновесия можно разводить руки в стороны или несколько назад, стараясь держать туловище прямо. Вначале проделать это упражнение без мяча. Дыхание произвольное. 6. И.п.: лежа на спине, руки в стороны, мяч в правой руке. 1 – согнуть ноги вперед и положить мяч на голени у ступней – выдох; 2 – выпрямить ноги и аккуратно опустить на пол, руки в стороны – вдох; 3 – согнуть ноги вперед и взять мяч левой рукой – выдох; 4 – выпрямить ноги, руки в стороны, мяч в левой руке – вдох. При сгибании ног голову наклонять вперед, контролируя взглядом положение мяча. Движения ногами должны быть плавными, чтобы не упал мяч. 7. И.п. – о.с., мяч на полу впереди. 1 – прыжком вперед ноги врозь, мяч между стопами; 2 – прыжком вперед ноги вместе, мяч сзади; 3–4 – два прыжка на месте, поворот кругом. Прыжки с поворотами чередовать в левую и правую сторону. Прыгать мягко, на носках. Дыхание произвольное. <i>Вариант:</i> 3–4 – прыжки назад ноги врозь и вместе (спиной вперед). 8. Ходьба на месте, ударяя мячом о пол поочередно левой и правой рукой и ловя двумя руками. Каждый бросок делать под определенный счет, например, на счет 1 или на счет 3. <i>Усложненный вариант:</i> выполнить задание с продвижением вперед. Дыхание произвольное. Настроение каково? Ребята, переходим к разучиванию упражнений с 2 малыми мячами. Сначала смотрим на инструктора, затем повторяем упражнение 5-6 раз. Упражнения будут усложняться, поэтому внимательно смотрите за техникой выполнения. Упражнения с 2 мячами: 1.Перекатывание мячей правой и левой руками одновременно. 2.Броски вверх и ловля мяча поочередно правой, левой рукой. <i>Начальный уровень: невысоко</i> <i>Высокий уровень: броски повыше.</i> 3.Броски вверх и ловля мячей одновременно двумя руками перед собой. <i>Начальный уровень: невысоко</i> <i>Высокий уровень: броски повыше.</i> 4.Броски вверх и ловля мячей одновременно двумя руками с разведением в стороны.	Обучающиеся поднимают большой палец правой руки вверх. Выполнение упражнений 2 мячами по образцу.	https://www.youtube.com/watch?v=u_TkC4xvZ8M
--	--	---	--

		<i>Начальный уровень: невысоко</i> <i>Высокий уровень: броски выше.</i> 5.Броски вверх мячей одновременно двумя руками. Ловля мячей скрещенными руками. 6.Броски мяча из-за спины правой рукой ловля спереди правой рукой. То же самое левой рукой.		
	Контроль усвоения материала (формы контроля)	Ребята внимание! Сейчас я называю упражнение с 2 мячами, ваша задача выполнить его 1 раз: - бросок вверх и ловля мячей одновременно двумя руками перед собой; - бросок вверх мячей одновременно двумя руками. Ловля мячей скрещенными руками. - бросок мяча из-за спины правой рукой ловля спереди правой рукой. То же самое левой рукой. Спасибо! На мой взгляд, отлично сегодня получилось у (имена детей). Хорошо получилось у (имена остальных ребят).	Показ ребятами называемых упражнений.	
		Придумайте игровые упражнения или игры с маленьким мячом, которые можно выполнить дома.	Показ детьми упражнений или игр.	
III.	Подведение итогов занятия. Рефлексия. Домашнее задание.	Занятие подходит к окончанию. Прошу мячи убрать и сесть за столы. Напомните цель нашего занятия? Поднимите две руки высоко вверх, кто считает, что цель занятия достигнута. А помимо ловкости какие качества еще развивали? Какое упражнение больше всего понравилось (выборочно имена 2-3 детей). Какое было самое сложное для тебя (выборочно имена 2-3 детей). О каком виде спорта с маленьким мячом вам хотелось бы узнать побольше? Оцените себя. Балл за: - а-активность, - б-быстроту, - в-внимательность, - г-разговор по делу, - д-дисциплинированность. Сколько баллов получилось у каждого, покажите на пальцах? Я с вашей оценкой согласна. Домашнее задание сегодня нужно выбрать. У меня два раскручивающихся мяча, в которые вложено домашнее задание. А выберет тот,	Развитие ловкости с помощью маленьких мячей. Ответы обучающихся. Обучающиеся словесно описывают упражнения. Ответы детей. Дети считают свои баллы и показывают с помощью пальцев рук.	



		кто ответит правильно на вопрос: «В какой стране родилась игра в теннис?» (<i>По некоторым данным – Франция</i>). Правильно ответил (имя ребенка). В какой руке мяч выбираешь? Задание: Мяч в правой руке. Разучить 7,8 упражнение из видео по ссылке https://www.youtube.com/watch?v=u_TkC4xvZ8M Мяч в левой руке. Подбрасывать мяч вверх и ловить его двумя руками из положения: стоя на правой ноге, стоя на левой ноге, в приседе, сидя на диване, сидя на полу, лежа на полу – по 10 раз). Д/з будет размещено в СГО, а также видео и презентация будут размещены на странице в ВК. Все крепкого здоровья, энергии через край. До свидания!	Ответы детей. Выбор мяча ребенком-победителем	
--	--	--	---	--

Приложение 1

Мячи для домашнего задания.



