

## Технологическая карта мастер-класса по сётакан каратэ-до

**ПДО:** Мустафаев Вагиф Русланович

**ДОП:** «Первые шаги в каратэ-до»

**Группа, год обучения:** 3, 2 год обучения

**Возраст учащихся:** 7-8 лет

**Количество учащихся:** 14

**Аудитория сторонних участников:** родители (законные представители) учащихся

**Место проведения:** спортивный зал МАОУ ДО г. Иркутска «Дворец творчества»

**Дата проведения:** 02.10.2021

**Режим занятия:** 45 минут

### Тема мастер- класса «Каратэ – рост силы и души»

**Цель:** презентация опыта работы секции «сётокан каратэ-до» по развитию физических способностей и воспитания у учащихся духовно-нравственных качеств.

#### Задачи:

1. Продемонстрировать и научить родителей (законных представителей) эффективным приемам обучения каратэ, способствующих развитию физических способностей и духовного потенциала учащихся в реальных условиях учебного занятия.
2. Привить интерес родителей (законных представителей) учащихся к каратэ, успехам своего ребёнка.
3. Представить элемент системы работы с родительской общественностью.

#### Элементы образовательных технологий:

- здоровьесберегающая: контроль за физическим состоянием учащихся во время занятий; предотвращение состояния переутомления, перегрузки, релаксация
- развивающая: развитие физических способностей, личностных качеств
- личностно-ориентированные:
  - дифференцированное обучение – работа с учетом физического развития учащихся;
  - групповые технологии – работа в парах, организация совместных действий;
  - индивидуальная работа – коррекция действий учащихся во время мастер-класса;
  - игровая – развивающая игра на восстановление.

№ п/п	Содержание	Дозировка	Деятельность педагога	Деятельность учащихся	Деятельность гостей	Метод обучения (МО), форма деятельности учащихся (ФД)
<b>Подготовительная часть – 10 мин.</b>						
1.	Вход в зал. Построение. Приветствие. Вводное слово. Построение в одну шеренгу «Шомэн-ни рэй» «Сэнпай-ни рэй» Приветствие гостей мастер-класса. Сообщение темы мастер-класса. Построение в шахматном порядке.	2 мин.	Приветствие детей, эмоционально-психологический настрой учащихся на мастер-класс. Представление гостей. Педагог подаёт команды для учащихся	Диалог с педагогом. Учащиеся выполняют команды педагога, слушают	Гости наблюдают, слушают диалог педагога и учащихся	МО: словесный наглядный  ФД: фронтальная
2.	Разминка Прыжки; Повороты, наклоны головы; Наклоны туловища; Маховые упражнения руками; «Киба дачи хаджиме» Переходы с ноги на ногу Восстановление дыхания Суть разминки заключается в подготовке организма к нагрузкам и способствует предотвращению	3 мин.	Педагог подаёт команды для учащихся Параллельно ходу разминки даёт пояснения для гостей о важности подготовки к основной части и правильных подходах к подготовительному этапу. Демонстрирует как помогать обучающимся	Выполнение разминки, команд педагога элементов самозащиты.	Гости наблюдают, слушают педагога, помогают детям в выполнении упражнений	МО: словесный, наглядный, практический  ФД: фронтальная, индивидуальная, парная (родитель-ученик)

	травматизма при занятиях каратэ Перестроение к основной части урока					
3.	Теоретическая часть: Краткая история стиля. Технические особенности изучаемых приёмов.	5 мин.	Педагог рассказывает	Учащиеся слушают, восстанавливаются	Гости слушают	МО: словесный, ФД: фронтальная
<b>Основная часть – 20 мин.</b>						
1.	1. Принцип линейности движений. Отработка на примере изучения удара ой-цуки. Демонстрация удара в несколько этапов сначала прием разделяется на несколько частей, по мере освоения количество частей уменьшается путем соединения нескольких и так далее, до тех пор, пока приём не сложится в одно полноценное движение. После чего увеличивается темп выполнения.	10 мин.	Демонстрация основного приема каратэ – удара ой-цуки.  Разбор ошибок.  Пояснение для гостей.	Выполнение команд педагога, удара ой-цуки.  Отработка основного приема – ой-цуки.  Качественное выполнение приема каратэ	Выполнение команд педагога, удара ой-цуки.  Отработка основного приема – ой-цуки.  Помощь в освоении приёма учащихся	МО: словесный, наглядный, практический  ФД: фронтальная, парная, индивидуальная
	2. Принцип передвижения, переноса веса тела и с тем направления энергии. Изучение стойки Дзенкуцу-Дачи. Передвижение в стойке. Изучение стойки происходит аналогично	10 мин.	Демонстрация основных стоек дзенкуцу дачи, кокуцу дачи  Разбор ошибок.  Пояснение для гостей	Выполнение команд педагога, стойки дзенкуцу дачи.  Отработка стойки	Выполнение команд педагога, стойки дзенкуцу дачи.  Отработка стойки	МО: словесный, наглядный, практический  ФД: фронтальная, парная, индивидуальная

	изучению ударов в несколько этапов. Все передвижения в каратэ-до строятся на 3х основных классических стойках, которые соответствуют атаке либо защите			Качественное выполнение стойки	Помощь в освоении приёма учащихся	
<b>Заключительная часть – 10 мин.</b>						
1.	Построение в шеренгу	1 мин.	Педагог отдаёт команду построиться в шеренгу	Учащиеся выполняют команду – строятся в шеренгу	Гости наблюдают, слушают	МО: словесный ФД: фронтальная
2.	Заминка. Развивающие игры Формирование чёткого представления необходимости правильного выполнения изученных принципов. Показ и объяснение их работы на примере реальных боевых действий	9 мин.	Педагог объясняет правила игры, дает команду. Следит за ходом игры, подводит результаты	Дети выполняют команды, играют.	Гости наблюдают	МО: словесный, наглядный, практический.  ФД: фронтальная, работа в команде
<b>Подведение итогов. Рефлексия 5 мин.</b>						
3.	Самоанализ учащихся. Анализ деятельности учащихся педагогом. Выводы для гостей	5 мин.	Анализ деятельности учащихся с позиции развития их физических способностей, их духовного потенциала. Оценка деятельности учащихся	Мнение учащихся о мастер-классе	Мнение гостей о мастер-классе, его развивающей и воспитательной роли	МО: словесный ФД: фронтальная