

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 «сётакан 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) |
|---|---|-----------|---|--|---|---|
| Подготовительная часть – 10 мин. | | | | | | |
| 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 |
| Основная часть – 20 мин. | | | | | | |
| 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 | |
| Заключительная часть – 10 мин. | | | | | | |
| 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 |
| Подведение итогов. Рефлексия 5 мин. | | | | | | |
| 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 |