# \*Краткосрочный план урока по физической культуре

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Школа: Амангельдинское С .Ш.** | | | |
| **Дата:** | **ФИО учителя: Сыздыков Е. С.** | | | |
| **Класс:5** | **Количество** присутствующих:7 | | отсутствующих: нет | |
| **Тема урока** | Лёгкая атлетика. Низкий старт. | | | |
| **Цели обучения, которые достигаются на данном уроке** | 5.3.2.2.Знать и понимать ключевые компоненты разминки в рамках подготовки к физическим занятиям и техники восстановления. | | | |
| **Цели урока** | 1.Соблюдать технику безопасности на уроке  **Все учащиеся смогут:**   * Совершенствовать технику низкого старта * команду старта * технику безопастности на низкий старт.   **Большинство учащихся научаться:**   * низкий старт * выполнять правильное старта   **Некоторые учащиеся будут уметь:**   * Совершенствовать технику низкий старта   Совершенствовать технику стартового разгона | | | |
| **Критерии успеха** | * 1. Все учащиеся смогут: Большинство учащихся будут знать/уметь Некоторые учащиеся могут: Принять высокий старт Совершенствовать технику низкого старта   2. Учащийся совместно с учащимися класса оптимальные варианты для достижения цели урока.  3. ***Анализируют, обсуждают, оценивают*** работу учащихся индивидуально. | | | |
| **Языковые цели** | **Предметная лексика и терминология:**   * Учащиеся смогут рассказать о правилах поведения на уроках легкой атлетики * старт * бег * разгон   **Можете ли вы сказать, почему?**   * Почему старт называется низкий стартом? * почему нужно выполнять низкий старт с разметки? | | | |
| **Межпредметные связи** | * естествознание (физиология человека, безопасность); * математика определения расстояние | | | |
| **Предварительные знания** | Высокий старт, челночный бег | | | |
| **Ход урока** | | | | |
| **Запланированные этапы урока** | **Запланированная деятельность на уроке** | | | **Ресурсы** |
| Начало урока 10 | 1. Учитель приветствует учащихся. 2. **Мотивация урока:**   Какие виды упражнений вы знаете в лёгкой атлетике?  В руках у меня рулетка,свисток ,флажок, предложите тему нашего урока?  Сегодня мы с вами изучаем техники низкого старта.  -Но прежде вспомним о технике безопасности во время занятий легкой атлетикой.  Как мы выполняем упражнения?  Как мы работаем с инвентарем?  **Развиваем ловкость.**  **Ходьба**. Ходьба на носках- руки вверху, пальцы натянуты, ладони смотрят во внутрь; ходьба на пятках- руки за головой, локти развёрнуты; ходьба на внешней стороне стопы, руки на поясе; ходьба на внутренней стороне стопы, руки за спиной; спортивная ходьба.  **Бег**-её разновидности. Бег с высоким подниманием бедра; бег с за хлёстом голени назад, бег с за хлёстами голени в стороны; бег с ускорением.  Выполнение общеразвивающих упражнений в движении.  **Развиваем внимание**  **Мотивируем учащихся и создаем коллаборативную среду через подвижную игру на внимание(К)**  Играющие стоять в одной линии. Задача учащихся повторять движения которые делает учитель, а не которые он говорит. Если учащийся выполняет движение, которое сказал учитель, а не показал, то игрок делает шаг вперёд. | | | Школьный стадион, свисток, секундомер. |
| Середина урока 30 мин  5  20  5 | Игра «весселые старты»  (И) Игроки по сигналу по очереди выполняют бег на ускорение. Побеждает тот игрок, который по времени лучше.  **После игры разделяем учащихся на 3 группы в зависимости от лучших показаний времени. (дифференциация).**  **1 группа;** Эта та группа детей которые показали лучшее время.  **Упражнение.** Комплекс беговых упражнение из низкого старта 20м 3– подхода, 30м 4-подхода.  **2 группа;** Эта та группа детей который среднее время.  **Упражнение.** Комплекс беговых упражнение из низкого старта 10м 2– подхода, 20м 3-подхода.  **3 группа.** Эта та группа детей которые показали слабый результат.  **Упражнение.** Комплекс беговых упражнение из низкого старта 5м 3– подхода, 10м 3 -подхода.  **Используем на уроке метод обучения моделирование.**  Более подготовленный учащийся выступает в роли эксперта, он показывает высокий старт.  Работа в группах, пока учащиеся в группах не выполнят первое задание правильно они не переходят ко второму упражнению. Как только упражнение будет выполнено правильно, учащиеся группы начинают выполнять второе упражнение   * ***Упражнение 1****.* Совершенствовать технику низкого старта***Упражнение 2.***  выполнять команду старта * ***Упражнение 3.*** Совершенствовать технику стартового разгона   ***Критериальное оценивание производим через дескрипторы.*** Предлагается учащимся оценить себя самостоятельно по критериям: *А)****заступ,***1-0( следить чтобы не было заступа). *В)****фольстарт,***1-0 *(*выполнять правильное старта*) С)* ***техника*** 1-0(следит чтобы выполняли правильную технику*) D****) старт***1-0(Правильная постановка стопы: передняя часть стопы – носок).   * ***Соблюдать технику безопасности при высокий старт . Формативное оценивание:*** одобрение, похвала, индивидуальная помощь со стороны учителя в течении урока. | | | Беговая дорошка |
| Конец урока  5 минут | ***Рефлексия:***  Учащиеся стоят в строю. Учитель говорит:"  -Учащиеся которые выполнили все упражнения правильно делают два хлопка над головой;  - Учащиеся которые выполнили не все упражнения делают один хлопок над головой;  - Учащиеся которые не выполнили не одного упражнения просто стоят."  Поблагодарить обучающихся за совместную деятельность.  « Урок закончен. До свидания!» | | | Спортивная площадка |
| **Дифференциация** | **Оценивание** | **Здоровье и соблюдение техники безопасности** | | |
| * Дифференциация на уроке осуществляется по физиологическим и техническим способностям каждого ученика. * Координировать работу рук и ног при прыжках и метаниях, учитывая индивидуальные особенности ученика. * Задавать более способным учащимся более сложные упражнения, чтобы расширить их двигательные навыки. * Умения объективно оценивать приобретаемый технический и двигательный опыт | * Наблюдение за обучением * Самооценивание * Вопросы и ответы * Через рефлексию учащихся. | * Сосредоточить внимание учеников. * Игра на внимание, которая помогла сосредоточить внимание учащихся на уроке. * Соблюдение дисциплин. * Пункты, применяемые из правил техники безопасности на данном уроке. * Межпредметные связи с математикой, естествознанием * Работая в группах учащиеся уважительно относятся друг к другу, мальчики помогают девочкам, сильные товарищи помогают слабым. | | |
| **Рефлексия по уроку**  Были ли цели урока/цели обучения реалистичными?  Все ли учащиеся достигли ЦО?  Выдержаны ли были временные этапы урока?  Какие отступления были от плана урока и почему? | Да, цели урока и цели обучения были реалистичны.  Большинство учащихся достигли поставленных целей.  Временные этапы урока были выдержаны.  Отступлений от плана урока не было. | | | |
| **Общая оценка** | **Какие два аспекта урока прошли хорошо (подумайте как о преподавании, так и об обучении)?**   * 1. Правильно были подобраны формы и методы для достижения поставленной цели   2. Правильно проведена дифференциация   **Что могло бы способствовать улучшению урока (подумайте как о преподавании, так и об обучении)?**  1. Использование информационно-коммуникационных технологий  2. Расширенная материальная база  **Что я выявил(а) за время урока о классе или достижениях/трудностях отдельных учеников, на что необходимо обратить внимание на последующих уроках**  В классе имеются как физически развитые учащиеся так и не очень, необходимо обратить внимание на правильность выполнения упражнений учащимися | | | |