# \*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 мин5205 | 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 урока5 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 технологий2. 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 |