# Краткосрочный план урока физической культуры в 7 классе

|  |  |
| --- | --- |
| Раздел долгосрочного плана: **7.5** **Лыжная/ кроссовая** **коньковая подготовка** | Школа: КГУ «СОШ№18» г. Семей Восточно-Казахстанская обл. |
| Дата:  | ФИО учителя: Атентаев Г.П. |
| Класс: 7 «Б» | Количество присутствующих:  | отсутствующих: |
| Тема урока |  | Специально-специфические упражнения для преодоления препятствий |  |
| **Цели обучения**  | **7.1.3.1 - совершенствовать и обобщать навыки и последовательность движений при выполнении спортивно-специфических техник;** |
| **Цели урока** | **Учащиеся научатся:*** **Соблюдать технику безопасности при обучении хоккея с мячом**
* **Уметь владеть навыками приёмов используемые в хоккее.**
* **Наблюдать и анализировать свои и чужие умения и недостатки в освоении специальных технических приёмов.**
* **Представлять, как использовать технические приёмы катаясь на коньках**
 |
| **Критерии оценивания** | 1. **Соблюдают технику безопасности**
2. **Улучшают основные двигательные навыки**
3. **Знают и выполняют специально-специфические приёмы**
 |
| **Языковые цели** | **Предметная лексика и терминология:****«хоккей», «клюшка», «бенди», «мяч», «пас», «гол»****- какие виды хоккея вы знаете?****- почему в хоккее с мячом, мяч оранжевый или розовый?****- почему в хоккее с мячом клюшка не прямая, а имеет форму полукруга?****Полезные фразы для диалога (вопросы для обсуждения).** |
| **Привитие ценностей**  | *Привитие ценностей через реализацию идеи «Мәңгілік ел»: проявление уважения, честности, ответственности, сотрудничества.**Здоровый образ жизни.**Любовь к занятиям спортом, в частности хоккеем.* |
| **Межпредметные связи** | *Биология, история, география, черчение* |
| **Навыки использования ИКТ**  | ИКТ на уроке не предусмотрено |
| **Предварительные знания** | *Учащиеся обладают навыками ходьбы и бега на снегу и по льду.* *Ознакомлены с правилами игры в футбол*  |
| **Ресурсы**  | *Клюшки для хоккея с мячом, ворота, мячи, свисток, разлетайки, фишки* |
| **Ход урока** |
| **Запланированные этапы урока** | **Запланированная деятельность на уроке**  | **Ресурсы** |
| Начало урока ***14 мин.*** | 1. ***Организационный момент ( создание колоборативной среды)***
2. ***Объяснение цели и задач урока***
3. ***Разъяснение истории зарождения хоккея. (языковые цели)***
4. ***Освоят первоначальные навыки хоккея с мячом***
5. ***ОРУ***

***1) Беговые*** - бег по периметру площадки- левым боком руки на поясе- правым боком руки на поясе- захлёстывание ног назад руки на поясе- выброс левой и правой ноги вперёд на поясе- переход на шаг.***2) построение, деление на 3 шеренги. ОРУ на месте:***1.- руки в стороны, 2- руки вверх, 3- руки в стороны, 4- И.п.2. И.п.- стойка, ноги вместе руки в замок перед грудью. 1- выпрямить руки вперед,2- И.п.3 – выпрямить руки вверх, 4 – И.п.3. И.п.- правая рука вверху, левая внизу. 1,2- отведение прямых рук назад, со сменой положения, 3,4 – то же левая вверху.4. И.п.- стойка, ноги вместе, руки к плечам. 1-4 - разноименные круговыевращения руками в одну сторону, 5-8 – разноименные круговые вращения руками в другую сторону.5. И.п.- стойка, ноги врозь, руки перед грудью в замок. 1,2 –повороты туловища вправо,3,4 – повороты туловища влево.6. И.п.- стойка, ноги врозь, руки на поясе 1,2 – наклоны вправо, 3,4 – наклоны влево.7. И.п.- стойка, ноги врозь, руки на поясе. 1,2,3 – наклоны вперед, 4 – И.п.8. И.п.- стойка, ноги врозь, руки в стороны. 1- наклон вперёд с поворотом вправо, касаясь правой рукой левой ноги. 2- И.п. 3- наклон вперёд с поворотом влево, касаясь левой рукой правой ноги. 4 – И.п.9. И.п.- присед на правой ноге, левая в сторону прямая. 1-3- наклон вперёд к прямой ноге, 4 – перенос центра тяжести на левую ногу.10. И.п.- выпад правой ногой вперёд, руки за спину, спина прямая. 1-3- пружинистые покачивания, 4 – смена положения ног прыжком.11.И.п.-стойка, ноги врозь, руки вперёд, немного в стороны. 1- мах правой ногой к левой руке, 2 – И.п, 3 – мах левой ногой к правой руке, 4 – И.П.12.И.п.- стойка ноги врозь, руки внизу. 1,3- прыжок, хлопок над головой, 2,4 –прыжок, руки в исходное положение.*( количество повторений каждого упражнения 5-6 раз)*  | **Площадка,****Свисток,****Фишки** |
| Середина урока***23 мин.*** | **Хоккей с мячом – обучение специальным техническим приёмам.*****http://nikruo.3dn.ru/nashi_dela/2016-2017/novosti/100_6505.jpg*****1. Работа в парах – обучение и совершенствование приёма передачи (пас) мяча и остановки мяча на месте.****2. Работа в парах – обучение и совершенствование приёма передачи (пас) мяча и остановки мяча в движении.****Обучение и совершенствование ведению мяча (дриблинг) – ставятся фишки и ученикам надо обвести фишки.*****Дескрипторы:******- Расположение игроков в пространстве напротив друг друга на расстоянии 4-5 метров******Техника выполнения передачи и остановки мяча*** ***- одной рукой***  ***- двумя руками******Формативное оценивание:******- оценивают себя самостоятельно через сравнение******- словесная похвала******- взаимооценивание жестом и мимикой*****3. Обучение и совершенствование ведению мяча (дриблинг) – ставятся фишки и ученикам надо обвести фишки.****4. Обучение и совершенствование владению мячом для использования при игре, где надо обмануть соперника – провести мячом поочерёдно через фишки .*****Дескрипторы:******- Расположение игроков в пространстве в колонну друг за другом******- ведение мяча одной рукой******Формативное оценивание:******- оценивают себя самостоятельно через сравнение******- словесная похвала******- взаимооценивание жестом и мимикой*****5. Квадрат – игроки становятся по периметру малой площадки и стараются не отдать мяч двум дежурным игрокам в квадрате. Дежурным игрокам надо забрать мяч, если они забрали или заставили ошибиться игрока находящегося по периметру квадрата** **и он потерял мяч , то они меняются ролями.*****Дескрипторы:******- Расположение игроков в пространстве, становятся четыре игрока по сторонам квадрата, два игрока в середине квадрата******- соблюдают технику безопасности******Формативное оценивание:******- оценивают себя самостоятельно через сравнение******- словесная похвала******- взаимооценивание жестом и мимикой*****6. Мини игра для обучения и совершенствования приобретённых навыков ( технических приёмов)*****( по технике безопасности высоко поднимать клюшку запрещено, объяснение правилам игры в процессе игры)******https://go3.imgsmail.ru/imgpreview?key=7fd8f9e65dc92bd8&mb=imgdb_preview_exp******Дескрипторы:******- соблюдают технику безопасности,******- демонстрируют элементы бега, прыжков и метания,******- развивают скоростно-силовые качества,******- оценивают свою активность,*** ***- анализируют и оценивают приобретённые навыки******Формативное оценивание:******- оценивают себя самостоятельно через сравнение******- словесная похвала******- взаимооценивание жестом и мимикой*** | Клюшки для хоккея с мячом, ворота, мячи, свисток, разлетайки, фишки |
| Конец урока***3 мин.*** | **1. Построение Упражнения на восстановление****2. Рефлексия:*****Сегодня:******Я научился ….******Я узнал ….******Я могу ….*****3.Подведение итогов урока****4. Домашнее задание – самостоятельно совершенствовать приёмы хоккея с мячом** |  |
| **Дифференциация – каким образом Вы планируете оказать больше поддержки? Какие задачи Вы планируете поставить перед более способными учащимися?** | **Оценивание – как Вы планируете проверить уровень усвоения материала учащимися?** | **Здоровье и соблюдение техники безопасности** |
| - в разнообразии физической деятельности;- в разнообразии специальных технических приёмов;- в делении на группы; | - метод наблюдения;- метод от простого к сложному;- оценивание с помощью обратной связи;- самооценивание.Учащиеся оценивают себя самостоятельно, обсуждают свои результаты  | *- соблюдение техники безопасности**- развитие физических качеств**- укрепление сердечно-сосудистой системы**- развитие дыхательной системы организма* |
| **Рефлексия по уроку**Были ли цели урока/цели обучения реалистичными? Все ли учащиеся достигли ЦО?Если нет, то почему?Правильно ли проведена дифференциация на уроке? Выдержаны ли были временные этапы урока? Какие отступления были от плана урока и почему? | Используйте данный раздел для размышлений об уроке. Ответьте на самые важные вопросы о Вашем уроке из левой колонки.  |