**Краткосрочный план-конспект урока по физической культуры**

№90 1 класс 4 четверть

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Раздел 8. Здоровье и физическая активность | | Школа: КГУ «Андреевская средняя школа» | | | |
| Дата: 03.05.24 | | ФИО учителя: Ситкин Руслан Олегович | | | |
| Класс: 1 | | Количество присутствующих: 10 отсутствующих: | | | |
| Тема урока | | *Подвижные игры с элементами спортивных игр* | | | |
| **Цели обучения** | | 1.3.1.1. – уметь описывать и обсуждать оздоровительную пользу физических упражнений | | | |
| **Цели урока** | | - Научить учащихся демонстрировать и оценивать специфические двигательные действия  - Научить анализировать собственные функциональные возможности организма при физических нагрузках | | | |
| **Ход урока** | | | | | |
| **Запланированные этапы урока** | **Деятельность учителя на уроке** | | **Деятельность ученика** | **Оценивание** | **Ресурсы** |
| Начало урока  (5 минут) | **1.** Приветствие и рапорт учеников.  **2.** Сообщение цели урока.  **3.** Повторение техники безопасности.  **4.** Учитель предлагает провести игру: .  **5.** Учитель предлагает комплекс упражнений, для подготовки мышц к предстоящей нагрузке на уроке.  Разминочная ходьба:  - на носках, на пятках, внешней стороной стопы, внутренней стороной стопы.  Разминочный бег: 3-5 мин.  Прыжки на правой и на левой ноге  ОРУ на месте.   * Повороты головы (8 поворотов в одну сторону, 8 в другую) * Вращение плечами (8 вперёд, 8 назад) * Махи руками (8 вперёд, 8 назад) (вертикальные) * Подъем рук вперед (8 повторений) * Подъем рук назад (8 повторений) * Разведения рук стоя (8 повторений) * Скручивание (6 повторений) * Наклоны в стороны (6 влево, 6 вправо) * Вращение туловищем (8 повторений) * Махи ногами (левой ногой 4, правой ногой 4) * Выпады в стороны (4 выпада влево, 4 выпада вправо) * Вращение ступней (8 повторений левой ступнёй, 8 повторений правой ступнёй) | | - Приветствуют учителя.  - Формируют тему урока, определяют цели урока.  - выполняют подскок с продвижением вперед.  - выполняют разминку с мячами  - соблюдает технику безопасности;  - выполняют комплекс упражнений  - выполняют разминочный бег, прыжки  - выполняют ОРУ на месте  - измеряют пульс  - отвечают на вопросы  - проводят эмоциональное оценивание своего настроения | Оценивание эмоционального состояния учащихся | Свисток для учителя |
| Середина урока  (30 минут) | **«Быстрый платок» («Невидимый платок»)**  «Платок» вы быстро передаете друг другу под коленями со словами: «Вон бежит платок, вон бежит платок!»  Задача же «водящего» - понять, у кого находится платок-невидимка, и назвать имя учащегося.  Но это совсем не просто! Ведь все сидящие в круге повторяют одно и тоже движение - как будто передают «платок». И говорят: «Вот бежит платок, вот бежит платок!» «Водящий» замечает, что замешкался один из игроков, допустим, Марат, «Марат!» - должен крикнуть «водящий» и дотронуться например, до плеча Марата. «Пойманный» меняется ролями с «водящим». Если же произошла ошибка и платок оказывается у другого игрока, то «водящий» должен искупить свою вину перед незаслуженно «пострадавшим» Маратом – спеть при всех песню или прочитать стихотворение.  **(К, Ф) «Ястребы и ласточки» (Жапалақтар және қарлығаштар).** В игре участвует неограниченное число учащихся. Игроки делятся на две группы, становятся в два ряда спиной друг к другу. В одном ряду будут ястребы, во втором — ласточки. Одного игрока выбирают ведущим. Он ходит между игроками и говорит слова по слогам: лас — пауза — точка, или яс..., а окончание слова не произносит. Тогда группа, чье название произнесено полностью, разбегается в разные стороны, а игроки неназванной группы догоняют их. Пойманные игроки считаются членами ловящей группы. | | - делятся на пары  - соблюдают технику безопасности;  - отвечают на вопросы  - делятся на группы  - развивает физические свойства;  - отвечают на вопрос  - дают комментарии | - критически оценивают себя и других | Большое свободное пространство.  Свисток для учителя |
| Конец урока  (10 минут) | **Подведение итогов**  Отмечает учеников выполнявшие упражнение наиболее успешно.  Указывает на часто допускаемые ошибки.  **Учитель задает домашнее задание:**  - выполнить отжимание, пресс, подтягивание | | - измеряют пульс.  - оценивают свою работу на уроке.  - выполняют дом. задание. |  |  |