**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. |  |  |