|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Тема: | | | Веселые старты | | | | | | | | |
| Дата: 16.01.2023 год | | | Ф.И.О. педагога: Таскимбаева Н.С | | | | | | | | |
| Класс: 2 «Е» | | | Количество присутствующих:21ч | | | | | Количество отсутствующих: | | | |
| Цель обучения: | 1.1.2.2. Развивать физические качества:ловкость,быстроту.скорость. | | | | | | | | | | |
| Цели урока | **Все учащиеся будут уметь:** | | | | | | | | | | |
| Безопасно работать в командах в пространстве движений.  Ориентироваться в пространстве площадки при выполнении движений с линии старта до финиша.  Начинать и заканчивать эстафеты по сигналу педагога.  Улучшать качество основных двигательных навыков при выполнении разных физических упражнений | | | | | | | | | | |
| **Большинство учащихся будут уметь:** | | | | | | | | | | |
| Правильно принимать исходное положение и самостоятельно отслеживать положение осанки на протяжении всех упражнений. | | | | | | | | | | |
| **Некоторые учащиеся будут уметь:** | | | | | | | | | | |
| Исполнять роль лидера при выполнении эстафет.  Оценивать действия и динамику движений, способствующих улучшению своей деятельности.  Применять навыки рационального дыхания во время бега. | | | | | | | | | | |
| Языковая цель | Учащиеся могут продемонстрировать навыки рационального дыхания во время бега; умение соблюдать последовательность при выполнении эстафет с бегом; оценивать действия и динамику движений, способствующих улучшению своей деятельности. | | | | | | | | | | |
| Предметная лексика и терминология: | | | | | | | | | | |
| Корригирующие упражнения, ходьба на носках, ходьба на пятках, положение рук, дыхание, эстафеты, команда, старт, финиш, дистанция. | | | | | | | | | | |
| Полезные фразы для диалога/письма: | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | | | |
| Предыдущее  обучение | Ходьба и бег врассыпную.  Перебрасывание мяча друг другу двумя руками приемами: из-за головы, от груди, снизу, одной рукой от плеча.  Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени. | | | | | | | | | | |
| План | | | | | | | | | | | |
|  | |  | | | | | | |  | | |
| 0-3 минуты  4-6 минута  7-20 минута  21-30 минута  30-40 минута | | (К, И) Построение в колонну по одному.  Ходьба; ходьба с заданием для рук; с выполнением хлопков (хлопки вокруг туловища, под коленом); корригирующие упражнения: ходьба на носках - руки вверх, ходьба на пятках - руки перед собой. Бег со сменой направления и темпа. Акцентирую внимание на правильном дыхании во время ходьбы и бега. Восстановление дыхания после бега.  Предлагает выполнить эстафеты игрового характера. Акцентирую внимание на соблюдении последовательности при их выполнении, минимизацию рисков. Обсуждаю с учащимися линии старта и финиша, способы передачи эстафеты (при необходимости), способ подсчета баллов.  «Беговая эстафета с передачей мяча».  *Игроки становятся в колонну друг за другом. Первый игрок с мячом в руках добегает до модуля, оббегает его и возвращается к своим игрокам. Затем передает мяч следующему игроку, а сам становится в конец колонны. Следующий игрок продолжает эстафету.*  «Тараканий бег».  *Каждый игрок команды выполняет «бег» в упоре лежа сзади до модуля, оббегает его и возвращается обычно бегом. Эстафету передает хлопком по руке, сам становится в конце строя. И так вся команда.*  «Быстрый поезд».  *Участники каждой команды строятся один за другим в колонну. Перед каждой командой на расстоянии 9 м поставлен модуль. Первый игрок в команде бежит к модулю, оббегает его и возвращается на место, где за него хватается следующий участник, и игроки бегут к модулю вдвоем. Затем возвращаются и берут третьего игрока и т.д., пока вся команда не оббежит вокруг модуля. Выигрывает команда, которая закончит игру первой.*  «Переправа».  *У каждой команды по обручу - это «лодка». Команды должны переплыть в «лодке» с одного берега на другой. Определяются линии старта и финиша. По сигналу ведущего первые участники садятся в «лодку», берут с собой одного игрока и помогают ему «переплыть» на другой берег. Затем возвращаются за следующим игроком. Можно брать с собой только одного пассажира. Команда, которая быстрее оказалась на другом берегу, выигрывает.*  Подвижная игра «Үшінші артық»(«Третий - лишний»).  *Участники игры с помощью учителя разбиваются на пары, затем становятся по двое, в затылок друг друга, образуя широкий круг. Расстояние между парами – 2-3 шага.*  *«Лишний» игрок убегает – водящий догоняет.*  *Задача «лишнего» убегая, неожиданно встать перед любой из пар. Если это ему удается, если водящий не успел до него дотронуться, то в роли убегающего оказывается третий в этом ряду, теперь уже «лишний», игрок.* | | | | | | | Просторное свободное пространство.  Просторное  пространство.  Мячи волейбольные.  Модули для дистанции.  Обручи диаметром 50 см.  Круг диаметром 6-9 м. | | |
| 40-45 минута | | | | Упражнения для напряжения и расслабления мышц.  Стиснуть зубы. Почувствовать напряжение. Расслабиться. Повторить упражнение 2-3 раза.  Открыть рот. Удержать напряжение в течение 3-5 сек., затем расслабиться. Повторить упражнение 2-3 раза.  Наклонить голову влево – зафиксировать напряжение правосторонних мышц шеи, затем вернуться в и.п.  Наклонить голову вправо – зафиксировать напряжение левосторонних мышц шеи, затем вернуться в и.п.  Наклонить голову вперед – зафиксировать напряжение мышц задней части шеи, затем вернуться в и.п.  Втянуть живот в себя, напрячь мышцы пресса, удержать это положение в течение 5-10 сек., затем расслабиться.  Приподнять прямую ногу невысоко от пола на 5-10 сек., затем опустить, расслабить мышцы. Повторить с другой ногой. | | | | | | |  |
| Дополнительная информация | | | | | | | | | | | |
| Дифференциация - как вы планируете оказать больше поддержки?  Какие задачи вы планируете поставить перед более способными учащимися? | | | | | Оценивание - как вы планируете проверить уровень усвоения материала учащимися? | | Междисциплинарные связи. Проверка здоровья и безопасности.  Связи с ИКТ.  Связи с ценностями. | | | | |
| Исполнить роль командного лидера.  Оценить действия и динамику движений, способствующих улучшению своей деятельности. | | | | | Будут легко выполнять корригирующие упражнения. Соблюдать последовательность при выполнении упражнений. Согласованно выполнять действия в команде. | | Связь с предметом «Познание». | | | | |
| Рефлексия  Были ли цели урока/учебные цели реалистичными?  Чему ученики научились сегодня?  Какой была атмосфера урока?  Хорошо ли сработал мой дифференцированный подход к работе?  Уложилась ли я в график? Какие изменения я хотела бы внести в свой план и почему?  Общая оценка | | | | | Используйте данный раздел для рефлексии урока. Ответьте на вопросы о вашем уроке из левой колонки. | | | | | | |
|  |  |  | | |  |  |