|  |  |
| --- | --- |
| 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: |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Предыдущееобучение | 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 минуты4-6 минута7-20 минута21-30 минута30-40 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.Просторноепространство.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». |
| РефлексияБыли 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. |
|  |  |  |  |  |