**Краткосрочный план-конспект по физической культуры**

 №6 6класс 1 четверть

|  |  |
| --- | --- |
| ***I Раздел .* Легкая атлетика** | Школа: КГУ «Гимназия №79» |
| Дата: | ФИО учителя: Айгисинов Сарсенбай Хамидович |
| Класс:  | Количество присутствующих: отсутствующих: |
| Тема урока | Эстафеты с элементов легкой атлетики |
| **Цели обучения** | Развитие скоростно-силовых качеств, координации и выносливости через выполнение эстафет с элементами легкой атлетики.  |
| **Цели урока** | 1.Развить навыки быстрого старта, бега на короткие дистанции2.совершенствовать скоростные качества и ловкость координацию движений3. Формировать чувства коллективизма, ответственности и спортивного духа  |
| **Ход урока** |
| **Запланированные этапы урока** | **Деятельность учителя на уроке**  | **Деятельность ученика**  | **Оценивание** | **Ресурсы** |
| Начало урока(5 минут)ОРУ (10 минут) | **1**. Построение. Приветствие. Проверка отсутствующих. Сообщение задач урока. Понятия о технике безопасности и соблюдение правил во время занятий на уроках физической культуры.Ходьба на носочках руки вверх, на пятках руки на поясе, внешней стороной стопы руки в стороны и внутренней стороной стопы руки на поясе.Медленный бег в течение 2 мин, ОРУ.Учащиеся выполняют специальные упражнения по бегу: бег с высоким подниманием бедра, захлестыванием голени, приставные шаги, прыжки с движением рук вперед, скрестные шаги, прыжки ноги вместе и ноги врозь и обратно спиной вперед, челночный бег 4/10, упражнение на растяжение *После выполнения разминки учитель предлагает учащимся провести оценивание эмоционального настроения* | - Приветствуют учителя.- Формируют тему урока, определяют цели урока.Учащиеся слушают учителя, задают вопросы.Смотрят видеоматериалВыполняют задание под руководством учителя.- соблюдает технику безопасности;- выполняют комплекс упражнений- выполняют разминочный бег, прыжки | Правильное выполнение ОРУКоличество выполнений на каждом элементе | Большое, свободное пространство для каждого задания.Свисток для учителя |
| Середина урока(25 минут) | Учащиеся в разделяем на три команды по 6 учеников (три мальчика и три девочки), все команды согласно расчету на один, два и три.1. Прыжок за прыжком (каждый ученик выполняет прыжок с места в длину, следующий прыгает с места приземления первого и т.д. учитывается сумма всех и место команды)
2. Выполняет бросок набивного мяча весом один кг, из-за головы на дальность из положения сидя (учитываем бросок каждого участника и сумма все для определения мест)
3. Команда бежит на время через барьеры с передачей эстафетной палочки (учитывается время общее, по последнему участнику для определения мест в общем зачете)
4. Команды выполняют челночный бег, каждый ученик бежит дистанцию 4/18, и передает эстафетную палочку следующему участнику своей команды
5. Прыжок через скакалку в течении одной минуты каждого участника команды (учитывается количество прыжков каждого участника и сумма всех для распределения мест в общем зачете)
6. Бросок набивного мяча из положения стоя на коленях и из-за головы на дальность (учитываем бросок каждого участника и сумма всех, для определения мест в общем зачете)

При проведении формирования команд расставить учащихся равных по силам. Объяснить правила техники безопасности при проведении такого вида деятельности. После проведения этой игры провести с учащимися анализ выполненных действий: какие ошибки были у ваших одноклассников при выполнении техники исполнения старта и стартового разгона. Как избежать травм и падений при проведении данного задания? | - делятся на команды- соблюдают технику безопасности;- переходы по свистку- ноги в коленях не сгибать- палочку получать и передавать строго по правилам- три команды бегут одновременно- мальчики первыми считают и потом девочки- делятся на группы- развивает физические свойства; | D:\конкурс дидактики\ФО\ФО-Звездочки.jpg | Спортивная площадка, беговая дорожка, свисток для учителя, сек Спортивный инвентарь по выбору учащихся.Свисток для учителяБольшое свободное пространство   |
| Конец урока(5 минут) | **Подведение итогов**Отмечает команды выполнявшие упражнение наиболее успешно. Указывает на ошибки при выполнении каждой эстафеты. (штрафные очки)**Учитель задает домашнее задание:**- выполнить отжимание, пресс, подтягивание | - измеряют пульс.- оценивают свою работу на уроке.- выполняют дом. задание. | Рефлексивные карточки | Ручки, листы бумаC:\Users\user\Desktop\hbc.PNGги |

