**Краткосрочный план урока**

|  |  |
| --- | --- |
| **Дата: 26.02.2020 г** | **Школа: СШ №19** |
| **ФИО учителя:** | Лаврухина Александра Витальевна |
| **Раздел долгосрочного плана:** | Прогрессивные навыки движения и понимания легкой атлетики. |
| **Класс:** 10 | Кол-во присутствующих: отсутствующих: |
| **Тема урока** | Метания и их разновидности. |
| **Цели обучения, которые достигаются на данном уроке (ссылка на учебную программу)** | 10.3.5.5. Развивать знания и навыки для опыта физической активности. |
| **Цели урока** **и задачи:** | **Все учащиеся будут уметь:**  - работать безопасно всей группой в предоставленном пространстве, замечая других;  - искать способы сотрудничать с другими учащимися для достижения общей цели;  - размышлять над целями обучения относительно действий, слушания и обсуждения точек зрения и идей.  **Большинство учащихся будут уметь:**  - размышлять над преимуществами их группы и ограничениями во время задач сотрудничества.  - понимать потребность соблюдать основную технику безопасности, и как увеличить сложность задачи в определенных заданиях  **Некоторые учащиеся будут уметь**:  - работать уверенно и совместно при выполнении заданий, чтобы найти лучшее возможное решение и справиться с предоставленными задачами;  - проводить совместные обсуждения и выполнять совместно задания (движения), а также уметь делиться ролями в пределах группы. |
| **Критерии оценивания** | - выявляет опасность и риски при выполнении физических упражнений.  -cоздает и применяет последовательность движений при различных видах метания |
| **Языковые цели** | Предметная лексика и терминология:  Обсуждать, демонстрировать и анализировать специфические движения и действия в легкой атлетике.  - броски, толкание, подбрасывание  - безопасность, риск. |
| *Вопросы для обсуждения:*   * Почему при упражнениях с бросками, необходимы строгие правила безопасности? * Какие правила техники безопасности вы должны соблюдать при метании? * Как вы можете сократить возможные травмоопасные ситуации в заданиях, где выполняются броски, метания? * Какие снаряды для метания существуют? |
|  |
| **Привитие ценностей** | **Комуникабельность**  Необходимость совместной работы и планирования деятельности в командной работе обеспечивают дружелюбные отношения учащихся и развивает их комуникабельные качества для работы в колаборативной среде обучения: развитие умений социально, культурно, этично и приемлимо взаимодействовать с другими учащимися в командной работе.  **Нравственный аспект урока предполагает:** формирование чувства ответственности за свое обучение; уважительное отношение к окружающим |
| **Навыки использования**  **ИКТ** | ИКТ могут быть использованы на различных этапах урока для того чтобы наглядно показать презентации и рисунки по теме, видеоматериал и проведение по ним диалоговую беседу или «мозговой» штурм. |
| **Предварительные знания** | Ожидается, что учащиеся будут иметь знания приобретенные в предыдущих классах, а также в домашних условиях при работе с интернет ресурсами |

**Ход урока**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Запланированные этапы урока** | **Запланированная деятельность на уроке** | **Ресурсы** |
| Начало урока  10 минут | Построение, приветствие, сообщение темы урока. **Активити: игра «Мяч».** Учащиеся делятся на пары и становятся в шеренги в шаге друг на против друга лицом, между парами находится мяч. Учитель дает различные команды, которые учащиеся выполняют, например: голова и учащиеся держатся за голову, нос, рука, можно давать различные виды упражнений, но как только прозвучит команда «Мяч» учащиеся должны быстро опережая своего напарника схватиться за мяч и поднять его с пола.  Техника безопасности на уроках по лёгкой атлетике при метании и ТБ на занятиях уроками физкультуры в целом. Разделить класс на несколько групп. **Каждой из групп предлагается обсудить одно из направлений ТБ, для этого учащиеся предлагается на выбор открыть капсулу, где спрятан вопрос.**  Учащиеся обсуждают компоненты хорошего здоровья, рассматривая какой из них связан с их упражнениями в метании.  После минутного обсуждения, по одному из учащихся с группы подходят и на листочках бумаги записывают основные правила Т.Б при метании снарядов. | Игра проводится для создания коллаборативной среды в классе. Один мяч на пару  Правила и нормы техники безопасности а также поведения учащихся на занятиях по ф.в.  Большое, свободное пространство для каждого задания. Свисток для учителя. |
| Середина урока  25 минут | Техника метания гранаты  http://sportwiki.to/images/1/1d/Legkay_atletika28.jpg  Техника метания мячаC:\Users\user\Desktop\метание.PNG  Группам предлагается разные варианты метания правильные и неправильные, задача из всех вариантов выбрать правильный. Затем обсудить ошибки и написать правильную технику при метании.  **1 вариант.** Метание с 4-х шагов с отведением гранаты (мяча), на 2 шага способом «прямо-назад». (Неправильный вариант) описывают ошибки  **2 вариант.** Метание с 4-х шагов с отведением гранаты (мяча), на 2 шага способом «дугой вверх - назад» (правильный вариант), описывают правильное выполнение.  Анализ проделанной работы в группах, предложить учащимся модернизировать предложенные варианты в один продуктивный вариант метания (правильный)  **Просмотр видеоролика по технике метания**.  **После обсуждения учащиеся встают на практическую часть урока.**  - бег и его разновидности  - специально беговые упражнения  - ОРУ на месте  Работа в группах. Одна группа выполняет упражнения, другая оценивает, затем меняются. Таким образом проводится взаимооценивание и обсуждение ошибок. Учащиеся выполняют следующие упражнения:  - метание теннисного мяча(гранаты) в цель, в щиты, расположенные на высоте 3–4 м. с расстояния 9 метров  - метание мяча изученными способами на технику выполнения (небольшой разбег и скресный шаг)  **Эстафета с бросками.**  Класс делится на 2 команды, которые, в свою очередь, разделившись пополам, выстраиваются в колонны на линиях (садятся на скамейки), расположенных в 6-8 м с интервалом 2-3 м. На одну сторону первым выдается баскетбольный мяч. По сигналу имеющие мяч бросают его двумя руками из-за головы вперед-вниз в отметку на расстоянии 3-4 м так, чтобы он, отскочив от пола, попал к участнику, стоящему (сидящему) напротив. Поймавший мяч бросает его тем же способом обратно и т. д. После броска ученик перебегает на другую сторону и встает (садится) в конец колонны. Выигрывает команда, которая быстрее вернется в исходное положение и получит меньше штрафных очков. | Большое свободное пространство для выбранного вида деятельности, мел, граната, резиновый мяч, снаряды в зависимости от выбранного вида метания, рулетка, флажки (красный, белый).  Большая свободная игровая площадка  Листы взаимооценивания  Большое свободное игровое пространство, баскетбольные мячи, мел. |
| Конец урока  5 минут | В конце урока учащиеся проводят рефлексию: **Рефлексивная мишень «Дартс»**  Картинки по запросу рефлексивная мишень  **Домашнее задание**.  Попробовать применить приобретенные практические навыки.  Подумать над темой влияния упражнений на физическое и психологическое здоровье. | лист рефлексии, стикеры  Интернет ресурсы  свободное творчество. |
| **Дифференциация – каким образом Вы планируете оказать больше поддержки? Какие задачи Вы планируете поставить перед более способными учащимися?** | **Оценивание – как Вы планируете проверить уровень усвоения материала учащимися?** | **Межпредметные связи**  **Здоровье и безопасность**  **Связи с ИКТ**  **Связи с ценностями (воспитательный элемент)** |
| - Дифференциация по итогам, задачи и оборудование в заданиях последовательностей  - Задавайте более способным учащимся более сложные вопросы во время выполнения ими упражнений, чтобы расширить их словарный запас касательно движений.  - Сокращайте и упрощайте требования к заданиям, а также регулируйте размеры групп в соответствующих случаях для поддержки менее способных учащихся.  - Выбирайте хорошие примеры заданий и делитесь ими со всеми учащимися, чтобы расширить их кругозор движений. | - Смотреть, слушать, спрашивать  - Останавливаются ли учащиеся при необходимости и участвуют ли с осознанием безопасности во время их движения?  - Знают ли учащиеся, как влияет изменения ритма бега на результат и как он ощущается?  - Качество работы в группах и обсуждения. | - Связи с наукой - здоровье и тело, безопасность, динамика веса/течения.  - Работа с другими, уважая их мнения. |
| **Рефлексия по уроку**  Были ли цели урока/обучения достижимыми  Чему ученики научились сегодня?  Какая была атмосфера урока?  Получилось ли осуществить дифференциацию?  Придерживался я временного графика?  Какие отступления от плана были выполнены и почему? |  | |
| **Итоговое оценивание**  Какие два аспекта урока прошли хорошо (подумайте как о преподавании, так и об обучении)?  1:  2:  Какие две вещи могли бы улучшить урок (подумайте как о преподавании, так и об обучении)?  1:  2:  Что я узнал (а) о классе или отдельных учениках такого, что поможет мне подготовиться к следующему уроку? | | |

**Карточка №1**

Написать (назвать ) основные правила по Технике Безопасности на занятиях уроками физкультуры в целом.

**Карточка №2**

Написать(назвать) основные правила по Технике Безопасности во время метания снаряда на уроках легкой атлетики

**Карточка №1**

Описать (назвать) правильную технику при метании снаряда

**Карточка №2**

Описать(назвать) ошибки при выполнении техники метания снаряда

**Лист рефлексии**

ФИ учащегося\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |
| --- | --- |
| **Рефлексия** | |
| Сегодня я узнал(а)…… |  |
| У меня хорошо получалось…. |  |
| Вызвало затруднения…… |  |

**Взаимооценивание**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ФИ ученика | Соблюдение правил ТБ | Выполнение хлестообразного движения кистью в заключительной части броска | Метание снаряда с выполнением скрестных шагов | Метание снаряда без заступа |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

**Примечание:**

**«+» выполнил**

**«-» не выполнил**