Краткосрочный план урока по физкультуре 1

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Сквозная тема: | | | | «Все обо мне» | | |
| Школа: | | | | | | |
| Дата: «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_г. | | | ФИО учителя: | | | |
| Класс:7 «\_\_\_\_» класс. | | | Количество присутствующих:  отсутствующих: | | | |
| Тема урока: | | | **Техника безопасности. Бег на короткие дистанции** | | | |
| **Цели обучения, которые достигаются на данном уроке (ссылка на учебную программу):** | | | | | | |
| 7.3.4.1 - определять потенциальную опасность и риски в различных контекстах физической упражнений, направленных на укрепление здоровья | | | | | | |
| **Цели урока:** | классифицировать слова, обозначающие школьные при­надлежности;  • научатся выполнять «правила поведения в ТБ».  • Совершенствование техники бега на короткие дистанции; | | | | | |
| **Цели обучения учащихся** | **Все учащиеся смогут:**  Знает технику спринтерского бега – высокого старта, стартового разгона, бега по дистанции.  **Большинство учащихся смогут:**  Рассказывать, как правильно обращаться с ТБ бережно раскрывать,  переворачивать страницы, не загибать их, а использовать правила безопосности.  Использовать эти правила при работе с книгой.  **Некоторые учащиеся смогут:**  Вписывают под руководством учителя свое имя, возраст, класс. | | | | | |
| **Критерии оценивание** | Поговорите о технике безопасности во время выполнения данного задания.  Правильное постановка техники низкого старта. Правильное работа рук и ног при беге. Правильное распределение сил на дистанций. | | | | | |
| **Языковые цели** | Вовлеченность учащихся в **исследовательский диалог** (например, избегая ответов на вопросы, которые просто демонстрируют знания, и вместо этого используя знания для устойчивого обсуждения и обеспечение богатым языком, учащиеся могут поддерживать диалог) | | | | | |
| **Привитие**  **ценностей** | Ценности, основанные на национальной идее «Мәңгілік ел»: казахстанский патриотизм и гражданская ответственность; уважение; сотрудничество; труд и творчество; открытость; образование в течение всей жизни. | | | | | |
| **Межпредметные**  **связи** | , английский язык, художественный труд, физическая культура | | | | | |
| **Навыки**  **использования**  **ИКТ** | На данном уроке учащиеся не используют ИКТ | | | | | |
| **Предварительные**  **знания** | Учащиеся могут обводить предметы по контуру. Знакомство с учебной книгой, правилами обращения с книгой, правилами поведения на уроке, посадка при письме. | | | | | |
| **Ход урока** | | | | | | |
| **Этапы урока** | **Запланированная деятельность на уроке** | | | | | **Ресурсы** |
| **Начало урока** | Четкое проговаривание команд : Повороты «направо», «налево», «кругом».  *Цели и задачи:* выполнение целостного двигательного акта методом повторного выполнения упражнения.  Четкое проговаривание команд : Класс! Равняйсь! Смирно! Направо! Налево в обход шагом - МАРШ!,«На пятках – МАРШ!», «Без задания – МАРШ!»,«На носках -МАРШ!», «Без задания – МАРШ!»,«Руки на коленях. В полном присяде – МАРШ!», «Класс! Чаще шаг! Бегом – МАРШ!», «Руки на коленях. В полу присяде – МАРШ!» Без задания – МАРШ! Направляющий! Реже шаг. Короче шаг. Шагом – МАРШ! Налево в колону по четыре шагом – МАРШ! Направляющий, на месте! Левой - левой, раз, два, три! Класс – СТОЙ!  *Цели и задачи:* Добиться правильного выполнения предварительной и исполнительной команд. | | | | |  |
| **Критерии успеха** | *Называют имена друг друга.* | | | | |  |
| **Середина урока** | **Работа над новой темой.**  ***Правила по технике безопасности.***  Вот некоторые из них: будь дисциплинирован, не покидай места занятий без разрешения учителя; следи за чистотой и порядком в спортивном зале или на площадке; бережно относись к инвентарю и оборудованию; после занятий инвентарь убирай в специально отведённое место; занимайся в спортивном костюме и спортивной обуви; обязательно выполняй разминку; если плохо себя чувствуешь, сообщи об этом учителю; после занятий переоденься.  **Основная часть**  – 31 мин.   1. Эстафетный бег, передача эстафеты без перекладывания: 2. Держание палочки; 3. Способ приема; 4. В ходьбе; 5. В беге с небольшой скоростью 6. Встречная эстафета   Ученик выполняет ускорение по прямой, передает эстафетную палочку ученику во встречной колонне и остается за замыкающим в противоположном колонне. Выполняют, пока не окажется каждый опять на своем месте.   1. Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги»: 2. Отталкивание с гимнастического мостика:   - с 4 – 6 шагов;  - с разбега  2) с разбега до 18 – 20 м  - Упражнение выполняют поточно в две прыжковые ямы.  Обратите внимание на сгибания ног на опоре при отталкивании.  После сильного и правильного отталкивания в первой трети полета выдвинуть таз вперед, прогнуть поясницу и слегка отклонить туловище назад.  Приземлиться с небольшим наклоном туловища вперед, завершить приземление мягким приседанием и энергичным махом рук вперед   1. Подвижная игра «Мячом в цель»   Посередине площадки кладут волейбольный мяч, а играющие с теннисным (резиновым) мячами в руках стоят в 10 шагах от него за чертой. Каждый по очереди метает свой мяч в волейбольный, с тем чтобы тот откатился дальше.  Во втором варианте играющие с теннисным мячами в руках становятся в круг. Водящий подбрасывает волейбольный мяч вверх, играющие кидают свои мячи, стараясь попасть в летящую мишень.  За каждое попадание начисляется очко. Побеждает тот, кто за 8 – 10 попыток набрал больше очков. | | | | | |  | | --- | | Уроки | | хорошего | | поведения | | серия | | <http://onlinemultfilmy.ru/uroki-%20tetushki-sovy/> | |
| **Критерии успеха** | *Дети усвоили правила обращения с Тб.*  *Учащиеся приходят к выводу, что на уроках, чтобы рассказать, спросить или поговорить, мы пользуемся речью.*  *Ученики обсуждают правильное поведение в классе, выводят правила, которые будут соблюдать* | | | | |  |
| **Конец урока** | **(И)** А теперь отдохнём. Я хочу прочитать вам стихи, но они незакончены, помогите их закончить.  Подвижная игра «Снайперы».  *Цели и задачи:* Играть строго по правилам. Избегать намеренного травматизма соперников игры. Проявлять чувство коллективизма, сплоченности команды. Слушать товарищей по игре, давать передачу другим игрокам, не проявляя эгоизма.   * + - * Разделить детей на 2 команды. Объяснить или напомнить правила игры учащимся: команды строятся на линиях нападения; в центре площадки становятся капитаны. Мяч подбрасывается как в баскетболе. Капитан должен отбить мяч на свою половину, после чего убежать на противоположную сторону за лицевую линию. Игрок, поймавший мяч, может добежать до средней линии или с места, где поймал мяч, одной или двумя руками выбить игрока-противника. Выбитый игрок по боковой линии убегает к своему капитану.       * Игрок считается выбитым, если мяч коснулся любой части тела или игрок, поймав мяч, выронил его на пол.       * Игрок, в которого попал мяч, остается в игре, если мяч перед этим коснулся пола, стены зала или был пойман игроком своей команды.       * Мяч, ударившийся о пол, считается «мёртвым» и может быть остановлен любой частью тела, чтобы он не перекатился к другой команде.       * Игроки одной команды могут выполнять друг другу передачи.       * Капитан может перебежать в свою команду и играть, если в его «доме» есть другие игроки, но если его выбили, то он играет как обычный игрок.       * Замена игрока разрешается в любое время с разрешения судьи.       * *Цели и задачи:* Следить за выполнением правил игры. Развитие сплоченности команды, чувства товарищества. Развитие выносливости и быстроты реакции   **Итог урока. Рефлексия.**  - Покажите, как надо правильно сидеть за партой, поднимать руку, вставать, складывать принадлежности в портфель. | | | | | Ступеньки успеха. Смайлики. Шкала трудности. |
| **Критерии успеха** | *Дети демонстрируют, как надо правильно сидеть за партой, поднимать руку, вставать, складывать принадлежности в портфель.* | | | | |  |
| **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?**  *Используйте данный раздел для записи методов, которые Вы будете использовать для оценивания того, чему учащиеся научились во время урока.* | | | **Здоровье и соблюдение техники безопасности** *Здоровьесберегающие технологии.*  *Используемые физминутки и активные виды деятельности.* | |
| Преодолеть пространство зала прыжками за наименьшее время.  Замахиваться и слитно переходить сразу же к броску, заканчивая его полным выпрямлением руки с энергичным движением кисти по направлению броска. | | Будут соблюдать последовательность при выполнении ОРУ.  Метать мешочки с песком вдаль по траектории «Вперёд – вверх». | | | Связь с предметом «Познание». | |