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 разбега2) 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 вперед1. 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». |