Краткосрочный план урока физической культуры № 26 (2)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Раздел долгосрочного плана:**Раздел 3. Элементы гимнастики и ее разновидности | | **Школа: №1** | |
| **Дата: 7.11.2019** | | **ФИО учителя: Шпиц-Берг М.Ф.** | |
| **Класс: 7 «Б»** | | **Количество присутствующих:** | **Количество отсутствующих:** |
| **Тема урока:** | | Соединение акробатических упражнений: прыжки и балансирование | |
| **Цели обучения:** | | 8.3.2.1 составлять и демонстрировать комплексы упражнений для разминки и восстановления, осознавая их важность;  8.1.2.1 объяснять и демонстрировать комбинации движений и их последовательность в широком диапазоне упражнений | |
| **Цели урока:** | | - научить учащихся составлять и демонстрировать комплексы упражнений для разминки и восстановления;  - научить учащихся объяснять и демонстрировать акробатические комбинации и их последовательность; | |
| **Критерии оценивания** | | - учащиеся соблюдают ТБ;  - учащиеся выполняют акробатические комбинации. | |
| **Языковая цель:** | | **Учащиеся умеют:** обсуждать и демонстрировать индивидуальные, парные, групповые гимнастические упражнения, задания в композиционных элементах.  **Предметная лексика и терминология:** техника безопасности, здоровье,кувырок вперед, стойка на лопатках, стойка на голове, стойка «ласточка», растяжка, разминка, перекаты  **Полезные фразы для диалога:** водные конструкции: во-первых, во-вторых, я считаю, по моему мнению, по словам ученых, таким образом и т.п.  **Вопросы для обсуждения:** - как вы считаете, что полезного вы получили для себя? (например, мы можем самостоятельно составить комплексы упражнений. Мы поняли, что из простых упражнений можно развивать очень важное физическое качество. Мы увидели способности своих одноклассников и по достоинству их оценили). | |
| **Привитие ценностей:** | | **(Обучение на протяжении всей жизни)** Привитие любви к учебе через любознательность, творчество и критичность к изучаемому материалу, постоянное развитие ума, тела, отношений и характера. Включает в себя развитие таких умений и навыков, которые будут способствовать самостоятельному обучению учащихся.  **(Сотрудничество)** Развитие теплых отношений, формирование навыков сотрудничества и развитие конструктивного подхода, умение критически мыслить при выстраивании взаимоотношений.  **(Академическая честность)** Уважение идей и мыслей других людей, заключающееся в соблюдении принципов академической честности, нетерпимости к плагиату и копированию информации без указания ее источника. | |
| **Межпредметные связи:** | | биология, физика | |
| **Навыки использования ИКТ:** | | Ссылка на КМ <http://xn--i1abbnckbmcl9fb.xn--p1ai/%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%8C%D0%B8/625679/>  Ссылка на акробатические упражнения <http://sport-technics.blogspot.com/2009/05/blog-post_12.html>  Ссылка на акробатические упражнения  <https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/presentacii/akrobatichieskiie-uprazhnieniia-na-urokakh-fizkul-tury>  Ссылка на видео акробатические упражнения <https://www.youtube.com/watch?v=VZj-EtHajJs> | |
| **Предварительные знания:** | | Данный урок строится на развитии навыков, полученных из раздела № 2 «Навыки решения проблем посредством игр», где учащиеся развивали патриотизм, разрабатывали упражнения, развивали физические качества и двигательные способности, которые применимы в разделе № 3 «Элементы гимнастики и ее разновидности». | |
| **Ход урока** | | | |
| **Запланированные этапы урока** | **Запланированная деятельность на уроке** | | **Ресурсы** |
| Начало урока –вызов  10 минут | Учитель приветствует учеников.  Учитель, *задавая наводящие вопросы* учащимся, знакомит их с темой урока, с целями обучения, ожидаемым результатом и целями урока.  *Ожидаемый результат:*  *- учащиеся будут составлять и демонстрировать комплексы упражнений для разминки и восстановления;*  *- учащиеся будут объяснять и демонстрировать комбинации движений и их последовательность в акробатических упражнениях.*  **(К)** Учитель в классе проводит инструктаж по технике безопасности на уроках гимнастики в целях предотвращения травматизма.  **(П)** Учитель проводит стратегию **«Только одна минута»**  Учащиеся в парах обсуждают акробатические упражнения.  Ученики измеряют пульс.  Учитель предлагает провести разминку.Учитель с учащимися выбирают лидера для проведения разминки на различные группы мышц для подготовки организма к предстоящей повышенной физической нагрузке. | | Большое, свободное пространство для каждого задания.  Свисток для учителя.  Инструктаж по ТБ  Ссылка на КМ  <http://xn--i1abbnckbmcl9fb.xn--p1ai/%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%8C%D0%B8/625679/>  измерить пульс (за 10 сек. количество раз и умножаем на 6) |
| Середина урока -осмысление  25 минут  *8.3.2.1 составлять и демонстрировать комплексы упражнений для разминки и восстановления, осознавая их важность;*  *8.1.2.1 объяснять и демонстрировать комбинации движений и их последовательность в широком диапазоне упражнений* | Учитель предлагает учащимся акробатические задание.  **Задание №1**  **(К, П, Ф)**Парам учащихся выдаются карточки с элементами акробатики, по которым они разрабатывают комплекс акробатических элементов и дескрипторы к ним:  (кувырки и перекаты, «колесо», шпагат, различные стойки (на руках, на голове и руках, на лопатках, «ласточка» и др.)  **Например,соединение акробатических элементов**  **Мальчики:**  Шагом правой (левой) равновесие («ласточка») (держать…) – приставляя ногу, упор присев – кувырок вперёд – стойка на голове и руках (держать…) – спускание в упор присев – 2 кувырка назад – кувырком вперёд стойка на лопатках (держать…) – перекатом вперёд встать в о.с. – прыжок вверх с поворотом на 180 град.  **Например,соединение акробатических элементов**  **Девочки:**  Шагом одной, прыжок со сменой ног - шагом правой (левой) равновесие («ласточка») (держать…) – ставя любую ногу вперёд поворот на 180 град. Кувырок назад – перекат назад стойка на лопатках (держать…) – лечь на спину вверх – «мост» (держать…) – встать с «моста» в и.п., вверх ноги в стороны -2 кувырка вперёд – прыжок вверх прогнувшись  **Дескрипторы:**  - соблюдает ТБ при выполнении упражнений;  - страховка напарника;  - знает технику выполнения упражнения;  - разрабатывает дескрипторы к упражнению.  **Оценивание:** после выполнения задание учитель предлагает учащимся провести взаимооценивание**по стратегии «Две звезды одно пожелание».**  **Учитель задает вопрос**: - как вы считаете, что полезного вы получили для себя? (например, мы можем самостоятельно составить комплексы упражнений. Мы поняли, что из простых упражнений можно развивать очень важное физическое качество. Мы увидели способности своих одноклассников и по достоинству их оценили).  ***Дифференциация осуществляется:***  ***а) по физиологическим особенностям:***  *- мальчики выполняют более высокую нагрузку;*  *- девочки выполняют нагрузку поменьше;*  ***б) по физическим способностям:***  *- более способным учащимся давать более сложные упражнения, чтобы расширить их двигательные навыки;*  *- более способные учащиеся оказывают поддержку менее способным учащимся.*  После заданий учитель предлагает спортивные игры по выбору учащихся: флорбол, футбол, волейбол, баскетбол, н/теннис и другие подвижные игры. | | Большое, свободное пространство для каждого задания.  Свисток для учителя,  удобная спортивная форма, гимнастические маты  Ссылка на акробатические упражнения <http://sport-technics.blogspot.com/2009/05/blog-post_12.html>  Ссылка на акробатические упражнения  <https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/presentacii/akrobatichieskiie-uprazhnieniia-na-urokakh-fizkul-tury>  Ссылка на видео акробатические упражнения <https://www.youtube.com/watch?v=VZj-EtHajJs>  Спортивный инвентарь по выбору учащихся. |
| Конец урока–рефлексия  5 мин | *Рефлексия:* учитель проводит рефлексию, предлагая учащимся **стратегию «Закончи предложение»**  Упражнение на внимание и восстановление дыхания.  Учащиеся делаю то, что показывает учитель и то что говорит (общеразвивающие упражнения), тот, кто ошибается садится. Лилипуты – великаны (Лилипуты – сели, великаны – встали).  **Учитель задает домашнее задание:**  - выучить предметную терминологию;  - утренняя гимнастика, отжимание, пресс, подтягивание.  Ученики измеряют пульс. | | Сегодня я узнал……  Вызвало затруднения……  У меня хорошо получалось…. |
|  | | | |