# Краткосрочный план урока по физической культуре

|  |  |
| --- | --- |
|  | Школа: Пескинская средняя школа |
| Дата:  | ФИО учителя: Даулетов Мурат Кайратович |
| Класс: 5 | Количество присутствующих:10отсутствующих: нет |  |
| Тема урока | **Легкая атлетика. Метание мяча в цель.**  |
| **Цели обучения, которые достигаются на данном уроке** | 5.1.1.1. Знать и понимать двигательные навыки для развитияточности, контроля и маневренности в небольшом диапазонеспортивно – специфических двигательных действий Совершенствовать и обобщать навыки и последовательность движений при выполнении спортивно-специфических техник.  |
| **Цели урока** | 2.Развивать двигательные качества такие как гибкость, ловкость и координацию движений.3. Воспитывать потребность и умения сознательно применять легкоатлетические упражнения в целях тренировки укрепления здоровья.4.Способствовать развитию физических качеств учащихся 5.Развитие физических качеств. Быстрота, ловкость, выносливость, |
| **Ожидаемые результаты** | **Все учащиеся будут уметь:*** Выполнять бег со сменой направления.
* Выполнять бег широким и мелким шагом.
* Перемещать мяч на разном уровне при выполнении корригирующих движений.

обеспечение мотивации и принятие учащимися цели учебно-познавательной деятельности, актуализация опорных знаний и умений.обеспечение мотивации и принятие учащимися цели учебно-познавательной деятельности, актуализация опорных знаний и умений.* обеспечение мотивации и принятие учащимися цели учебно-познавательной деятельности, актуализация опорных знаний и умений.

**Большинство учащихся будут уметь:*** Метать теннисный мяч в вертикальную цель

**Некоторые учащиеся будут уметь:*** Попадать тенисным мячом в щит 1х1

Координировать движения кистей(круговые) и и движения ног при прыжках.; |
| **Критерии успеха** |  - Ученики могут продемонстрировать и освоить как минимум четыре ключевых навыка, необходимых для участия с другими в группе в различных физических упражнениях - 1. Учащиеся ***знают и применяют*** навыки на практике распределяют роли между учащимися и собой лично.2.Учащиеся ***умеют*** быстро придвигаться по площадке, занимают удобное свободное пространство.3. Учащийся ***создают*** совместно с учащимися класса оптимальные варианты для достижения цели урока.4. ***Анализируют, обсуждают, оценивают*** работу учащихся в группе и индивидуально. |
| **Языковые цели** | Учащиеся продемонстрируют овладение умением метать: продемонстрируют контроль тела и объекта при выполнении движений. ***Предметная лексика и терминология****:** Ходьба врассыпную, колонна, метание, вертикальная цель, **Вопросы для обсуждения**:
* Какие виды легкой атлетики вы знаете?
* Каким видом легкой атлетики мы будем заниматься сегодня?
* Какие виды метания вы знаете?
 |
| **Межпредметные связи** | * с биологией (физиология человека, безопасность);
* с физикой (скорость, масса, энергия).
* ИКТ
 |
| **Предварительные знания** |  Техника метания мяча в вертикальную цель |
| **Ход урока** |
| **Запланированные этапы урока** | **Запланированная деятельность на уроке**  | **Ресурсы** |
| Начало урока 10 - **вызов** | 1. **Создание коллаборативной среды**

Ученики в парах говорят друг другу, как они развивают свои физические качества, как выполняют домашнюю работу, что проходили на прошлом уроке и т.д. В конце беседы желают друг другу удачного дня, отличного настроение и т. д. Пожимают друг другу руки1. **Построение, сдача рапорта. 1 мин.**
2. **Мотивация урока:**

Мы в спортивном зале. Какой вид метания применим в спортивном зале? -Для чего нужно уметь метать в цель?(дополнение к ответам обучающихся: координация, глазомер, меткость)- Исходя из вышесказанного, сформулируйте основную ЦЕЛЬ урока? - Где мы можем применить умение точно попадать в цель?-Что нужно для совершенствования техники метания? Мышцы, каких частей тела активно участвуют при выполнении метания?- Молодцы!-Начнем разминку (беговая разминка) **ОРУ** Разминка с использованием ранее придуманных упражнений обучающихся с теннисным мячом (*Приложение 1*)- Сегодня мы с вами изучаем метание мяча в цель- Но прежде вспомним о технике безопасности во время занятий легкой атлетикой.Как мы выполняем метание? Как мы выполняем упражнения?Как мы работаем с инвентарем? Подготовка к **осмыслению урока.** | Теннисные мячиПросторное чистое пространство, мячи теннисные.Просторное чистое пространство, мячи теннисные. |
| Середина урока 25 мин - **осмысление** 10   5   10 | **Использование ИКТ** (ноутбук) – **фрагмент** видеоролика «Стремящийся к цели», который помог поднять настроение и мотивировал ребят к достижению последующих результатов.**Моделирование** Ученик выступает в роли эксперта на собственном примере показывает метание мяча в вертикальную цель рассказывает, как выполняется прыжок(**К**)Ученик располагается в 5–6 м от вертикальной цели, левая нога впереди, мяч в правой руке. Правая рука почти прямая отводится назад, локоть на уровне головы. Мяч бросается вперед-вверх предплечьем, рука разгибается в локтевом суставе, но не опускается вниз.http://voeto.ru/nuda/plan-konspekt-uroka-po-fizicheskoj-kuleture-iz-razdela-legkaya/2.png***Ошибки**** Рука сильно согнута в локтевом суставе;
* впереди находится нога, одноименная руке с мячом;
* отсутствует резкое финальное усилие бросающей руки (хлест);
* недостаточный замах бросающей руки.

**Техника безопасности.** Перед выполнением упражнений метания необходимо удостовериться в отсутствии в секторе броска учащихся, предусмотреть зону безопасности при отскоке снаряда от мишени.**Используем активную форму обучения в игре****Игра "** **Метатели и собиратели"**(**Г**) Команды (группы) выполняют метание мячей поочередно по свистку:Метатели по команде метают мешочки, собиратели по сигналу собирают мешочки. Команда, которая затратила меньшее время на сбор мешочков побеждает.**После игры разделяем учащихся в зависимости от дальности броска на 3 группы (дифференциация).** Учащимся предлагается составить и провести на своих одноклассниках комплекс общеразвивающих упражнений по теме урока «Метание мяча в цель». Они будут оценены по критериям:*0 баллов-**1 балл-**2 балла-**3 баллла-* **Формативное оценивание**: похвала, подбадривание Ученики измеряют пульс.Подготовка к рефлексии урока. | Теннисные мячиВертикальные мишени (Щит размером 1х1м, расположенный на высоте 2,5м)мячи тряпочные**Критерии:**  |
| Конец урока - **рефлексия**5 минут | **Подведение итогов урока.****Приём «Горячий стул»**-Какую цель мы ставили в начале урока?-Достигли мы этой цели?-Что нового узнали на уроке?-Какие способы метания применялись на уроке, какие не применялись? -Оценки за урок….**Рефлексия.**Поднимите руки вверх и похлопайте в ладоши те, кому урок понравился. Те, кому урок не очень понравился хлопают перед собой, кому урок совсем не понравился хлопают внизу.Д/З. Выполнять комплекс утренней зарядки, производить имитацию броска по мишени разными способами. | Большое количество свободного пространства. Выполняют действие согласно предложенной схемы. |
| **Дифференциация** | **Оценивание** | **Здоровье и соблюдение техники безопасности** |
| * Дифференциация на уроке осуществляется по физиологическим и техническим способностям каждого ученика.
* Координировать работу рук при метаниях, учитывая индивидуальные особенности ученика.
* Задавать более способным учащимся более сложные упражнения, чтобы расширить их двигательные навыки.
* Умения объективно оценивать приобретаемый технический и двигательный опыт.
 | * Наблюдение за обучением
* Через взаимооценивание
* Вопросы и ответы
* Через рефлексию учащихся. Самооценивание.

Просмотр видео ролика | * Для создания **коллаборативной среды** я использовал на уроках фрагменты видеороликов и игру «Запретный номер»
* «Стремящийся к цели», который помог поднять настроение и стимулировал ребят к достижению последующих результатов.
* Здоровьесберегающие технологии.
* Пункты, применяемые из правил техники безопасности на данном уроке.
* Межпредметные связи с математикой, физиологией человека, физика.
* Работая в группах учащиеся уважительно относятся друг к другу, мальчики помогают девочкам, сильные товарищи помогают слабым.
 |
| **Рефлексия по уроку**Были ли цели урока/цели обучения реалистичными? Все ли учащиеся достигли ЦО?Если нет, то почему?Правильно ли проведена дифференциация на уроке? Выдержаны ли были временные этапы урока? Какие отступления были от плана урока и почему? | Да, цели урока и цели обучения были реалистичны.Большинство учащихся достигли поставленных целей. Думаю, что да, для более способных были предложены упражнения, соответствующие их подготовке.Временные этапы урока были выдержаны.Отступлений от плана урока не было.  |
| **Общая оценка**  | К**акие два аспекта урока прошли хорошо (подумайте как о преподавании, так и об обучении)?** 1: Хорошо подобраны методы и приемы для обучения и достижения цели, с учетом индивидуальных и возрастных особенностей.2.**Что могло бы способствовать улучшению урока (подумайте как о преподавании, так и об обучении)?** 1: Сотрудничество родителей и учителей, заинтересованность и привлечение к спорту.2. выполнение домашнего задания.**Что я выявил(а) за время урока о классе или достижениях/трудностях отдельных учеников, на что необходимо обратить внимание на последующих уроках**Дети готовы к сотрудничеству развиваться путем самостоятельных занятий спортом. |

**Заметки:**

**К** = весь класс **П** = парная работа **Г** = групповая работа

**Ф** = формативное оценивание **И** = индивидуальная работа **Э** = эксперимент

***Приложение 1***

**Разминка с теннисным мячом**

1. И.п.- О.с., руки прямые, вперед, мяч в правой руке.

1-правая рука вверх

2-И.п., переложить мяч в левую руку

3-левая рука вверх

4-И.п., переложить мяч в правую руку

1. И.п.- О.с., руки перед грудью, мяч зажат в локтевом сгибе правой руки.
2. Поворот головы направо, коснуться подбородком мяча
3. И.п.
4. 4 то же. То же повторить для левой руки
5. И.п. – О.с., руки перед грудью, мяч зажат между ладонями

1-поворот туловища направо

2-И.п.

3-поворот туловища налево

4-И.п., во время упр.катать мяч между ладонями (верх-вниз).

1. И.п.- стойка ноги врозь, руки в стороны, мяч в правой руке.

1-руки за спину, наклон вперед, мяч передать в левую руку

2- И.п.

3- то же, но передать мяч в правую руку

4-И.п

1. И.п. – стойка ноги врозь, мяч в руках.

Под счет до 4 делать пружинистые наклоны вперед, стараться мячом касаться пола.

1. И.п. - стойка ноги врозь, руки вперед, мяч в руках

Приседания с прямыми руками

1. И.п. – О.с., мяч в руках

Подбросить мяч вверх, подпрыгнуть и поймать его в прыжке