**Краткосрочный план-конспект по физической культуры**

**№86** 6класс 4 четверть

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***VII Раздел.*** Улучшение навыков посредством игр | | **Школа:** | | | |
| **Класс: 6** | | **Количество присутствующих: отсутствующих:** | | | |
| **Тема урока** | | Основы тактических действий. ОБЖ. 3.3.Влияние компьютера на здоровье человека. | | | |
| **Цели обучения** | | 6.1.5.1 - понимать и применять тактики, стратегии и композиционные идеи в ряде физических упражнений | | | |
| **Цели урока** | | - Научить учащихся демонстрировать и оценивать специфические двигательные действия  - Научить анализировать собственные функциональные возможности организма при физических нагрузках | | | |
| **Ход урока** | | | | | |
| **Запланированные этапы урока** | **Деятельность учителя на уроке** | | **Деятельность ученика** | **Оценивание** | **Ресурсы** |
| Начало урока  (5 минут) | **1.** Приветствие и рапорт учеников.  **2.** Сообщение цели урока.  **3.** Повторение техники безопасности.  **4.** Организовывает разминку в виде **активити «Сокол и лиса»**Выбираются сокол и лиса. Остальные дети - соколята. Сокол учит своих соколят летать. Он легко бегает в разных направлениях и одновременно производит руками разные летательные движения (вверх, в стороны, вперед) и еще придумывает какое-нибудь более сложное движение руками. Стайка соколят бежит за соколом и следит за его движениями. Они должны точно повторять движения сокола. В это время вдруг выскакивает из норы лиса. Соколята быстро приседают на корточки, чтобы лиса их не заметила.  ***Правила игры*.** Время появления лисы определяется сигналом ведущего. Лиса ловит только тех, кто не присел.  **5.** Учитель проводит разминочные упражнения  **1. Строевые упражнения:**  - повороты «На право», «Налево», «Кругом».  **2. Разминочная ходьба:**  **- на носках**  **- на пятках**  **- перекат с пятки на носок**  **3. Беговые упражнение:**  - Разминочный бег  - Бег с высоким подниманием бедра  - Бег с захлестыванием голени назад  - Бег приставным шагом правым и левым боком  **4. Прыжковые упражнения:**  - прыжки на правой, левой ноге;  - прыжки из глубокого приседа с продвижением  **6.** Учитель предлагает провести ОРУ на месте.   * Повороты головы (5 поворотов в одну сторону, 5 в другую) * Наклоны головы влево, вправо, вперёд, назад (4 повторения) * Вращение плечами (4 вперёд, 4 назад) * Махи руками (4 вперёд, 4 назад) * Подъем рук вперед (8 повторений) * Подъем рук назад (8 повторений) * Разведения рук стоя (8 повторений) * Скручивание (6 повторений) * Наклоны в стороны (6 влево, 6 вправо) * Вращение торса (8 повторений) * Махи ногами (левой ногой 4, правой ногой 4) * Выпады в стороны (4 выпада влево, 4 выпада вправо) * Вращение ступней (8 повторений левой ступнёй, 8 повторений правой ступнёй)   Упражнения на восстановление дыхания  **Вопрос для диалога:**  Можете ли вы перечислить необходимые двигательные навыки при выполнении упражнений в игровой ситуации?  *После выполнения разминки учитель предлагает учащимся провести оценивание эмоционального настроения* | | - Приветствуют учителя.  - Формируют тему урока, определяют цели урока.  - соблюдает технику безопасности;  *Сокол и лиса (Мохоцол уонна сапыл)*  D:\конкурс дидактики\рефлексии\Эмоциональное настроение 2.jpg  - выполняют строевые упражнения  - выполняют разминочную ходьбу, беговые и прыжковые упражнения  - выполняют ОРУ на месте  - измеряют пульс  - отвечают на вопросы  - проводят эмоциональное оценивание своего настроения | Оценивание эмоционального состояния учащихся  ФО «Солнышко и тучка» | Открой зарядку по этой ссылке и повторяйте движения:  https://www.youtube.com/watch?v=ADtxG6hjdvM  Большое, свободное пространство для каждого задания.  Свисток для учителя |
| Середина урока  (30 минут) | **Задание№1 (Г, Д, И)** -Игра «Будь   внимателен».( развивает  способность  к  концентрации  и   внимания). (5 мин.) Учащиеся стоя  в  шеренге по одному,  маршируют.  Учитель  произвольно,  с  разными  интервалами  и  вперемешку   дает   команды.  Учащиеся  выполняют:  1.Зайцы!   -  Дети  прыгают,  имитируя  движение   зайцев.  2.Лошади!  -  Дети  ударяют  ногой  об  пол,  будто  лошадь   бьет   копытом.  3.Раки!  -  Дети   пятятся   назад,  как   раки.  4.Птицы!  -  Бегают,  раскинув  руки.  5.Аист!   -  Прыжки   на  месте   на  одной  ноге.  6.Лягушка!   -  Присесть   и  скакать  вприсядку.  7. Эстафета 5 – биатлон  8.Инвентарь: у каждой команды – 2 комплекта по 3 теннисных мячей, обруч, мишень-экран. Малый гимнастический обруч диаметром 75 см крепится к легкоатлетическому барьеру (подбор мяча выполняют помощники судей).  Подготовка к эстафете: игроки стоят в колонне за стартовой линией. Перед каждой командой на расстоянии 10 м находится обруч, в котором лежат 3 теннисных мяча. В 3 м от обруча впереди вычерчивают линию – «огневой рубеж». На расстоянии 4 м от него располагается мишень-экран.  Описание эстафеты: по сигналу судьи участник каждой команды бежит к обручу, берет теннисный мяч, затем бежит к «огневому рубежу» и выполняет бросок в отверстие мишени-экрана. Если игрок попал в мишень, он бегом возвращается к своей команде и касанием руки передает эстафету второму игроку. В случае промаха возвращается к обручу, берет второй теннисный мяч и повторяет попытку, в случае повторного промаха – делает еще одну попытку (см. рис. ). При неудачном третьем броске мяча игрок оббегает мишень, возвращается к своей команде и передает эстафету следующему участнику команды.  Примечания:  1. Бросать мяч можно любым способом (рекомендуется выполнять броски из-за головы).  2. После выполнения задания на дистанции судьи кладут теннисные мячи в обруч.  **Вопрос для диалога:**  В каких игровых ситуациях применяются эти упражнения?  *После выполнения задание учитель предлагает учащимся провести оценивание*  Задание№ 2  **(К, Ф, Д)Игра ‘Берегись!**  С одной стороны площадки протягивают шнур, за ним становится пятнашка. Все участники игры находятся на противоположной стороне площадки, там располагается их дом. Пятнашка громко говорит слова:  **«Берегись раз, берегись два, берегись три!»** Играющие в это время идут через поле и подходят близко к шнуру. С последним словом пятнашка перепрыгивает через шнур и старается догнать и запятнать кого-либо из детей. Вместе с запятнанным он быстро убегает за шнур. Игра повторяется, но пятнашек становится двое.  **Правила**  1. Играющие бегут в свой дом только после слов пятнашки: «Берегись три!»  2. Пятнашке разрешается салить только одного игрока.  3. Через шнур пятнашка только перепрыгивает, но если, перепрыгивая, он задевает шнур, то повторяет прыжок.  4. За чертой дома салить игроков нельзя.  Указания к проведению  Игра проводится на большой свободной площадке. Расстояние между домом играющих и местом, где находится пятнашка, 10—20 м. Высоту шнура по ходу игры можно менять: чем выше шнур, тем труднее водящему через него перепрыгивать. Слова «Берегись раз, берегись два, берегись три!» пятнашка произносит медленно, чтобы играющие могли ближе подойти к шнуру. Чем ближе они находятся от шнура, тем легче их осалить.  Вариант  Играющие догоняют пятнашку и игрока, которого он уводит с собой, и стараются запятнать одного из них, пока они не перепрыгнут через шнур. Тот, кого они запятнали, возвращается на поле.  **Вопрос для диалога:**  Дайте комментарий относительно того, как деятельность помогла вам развить навыки работы в команде и в повышении эффективности общих инструкций и контроля в игре.  *После выполнения задание учитель предлагает учащимся провести оценивание* | | - оговаривает основные требования для личной безопасности;  - соблюдают технику безопасности;  - отвечают на вопросы  - критически оценивают себя и других  - делятся на группы  - развивает физические свойства;  Рис. 5. Биатлон  Рис. . Биатлон  - соблюдают технику безопасности;  http://www.teenstysovka.com/wp-content/uploads/2015/11/a1-9.gif  - отвечают на вопрос  - дают комментарии | ФО «Звёздочки»  D:\конкурс дидактики\ФО\ФО-Звездочки.jpg  ФО «Сэндвич похвалы»  D:\конкурс дидактики\ФО\img37.jpg | Большое, свободное пространство  Свисток для учителя  Большое свободное пространство  Свисток для учителя, секундомер, баскетбольные мячи |
| Конец урока  (10 минут) | **Подведение итогов**  Отмечает учеников выполнявшие упражнение наиболее успешно.  Указывает на часто допускаемые ошибки. Ученик двумя-тремя прилагательными описывает свою работу на уроке.  **Учитель задает домашнее задание:**  - выполнить отжимание, пресс, подтягивание | | - измеряют пульс.  - оценивают свою работу на уроке.  - выполняют дом. задание. | Описание: D:\Users2\yessaliyev_a.trz\Desktop\depositphotos_44602811-stock-illustration-white-pedestal-with-gold-silver.jpg**Рефлексия приём «Пьедестал почёта»**  D:\конкурс дидактики\рефлексии\Пъедистал почета.jpg | Ручки,  листы бумаги |