**Краткосрочный план-конспект по физической культуры**

**№92** 6класс 4 четверть

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***VIII раздел.*** Улучшение навыков бега, прыжков и метания | | **Школа:** | | | |
| **Класс: 6** | | **Количество присутствующих: отсутствующих:** | | | |
| **Тема урока** | | Развитие адаптационных способностей организма. ОБЖ.4.1. Личная гигиена и оказание первой медицинской помощи в природных условиях.Первая медицинская помощь при тепловом и солнечном ударе. | | | |
| **Цели обучения** | | 6.3.4.1 - понимать спортивно-специфическую технику безопасности, нормы и правила, направленные на укрепление здоровья; | | | |
| **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 «Карлики и великаны»**  Ведущий объясняет игрокам правила игры.  Когда он произносит слово "карлики" - все должны присесть, потому что карлики маленькие. Произносить это слово он должен тоненьким голосом.  Когда он произносит слово "великаны", грубым голосом, все должны встать и поднять руки вверх.  Ведущий объявляет: "Ребята, запомните, правильные команды - это "карлики" и "великаны". На остальные команды вы не должны реагировать". И произносит вышеупомянутые команды, а еще "Встаньте", "Сядьте", "Поднимите руки вверх", все вперемешку. Те, кто выполняет неправильные команды, выбывают. Побеждает тот, кто допустит меньше всех ошибок.  **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.  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;  - 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»  D:\конкурс дидактики\рефлексии\Эмоциональное настроение 2.jpg | Большое, свободное пространство для каждого задания.  Открой зарядку по этой ссылке и повторяйте движения:  https://www.youtube.com/watch?v=C84BaGhn3Q4  Свисток для учителя |
| Середина урока  (30 минут) | **Задание№1**  Учитель делит класс на 2 группы и раздает ноутбуки для просмотра заданий и параллельного выполнения упражнений:  **1 группа:** выполняет цикл прыжковых упражнений для развития ловкости и мышления на «Скоростной лестнице» (ссылка №1).  **Дескрипторы к заданию:**  - соблюдают правила техники безопасности;  - не задевают линии;  - выполняют задание без «заминок»  **2 группа:** выполняет цикл упражнений с малыми мячами для большого тенниса для развития ловкости и координации в пространстве (ссылка №2)  **Дескрипторы к заданию:**  - бросают мяч одной рукой, ловят двумя;  - выполняют упражнения в полуприседе;  - не теряют мяч.  **(К, Г, Ф)** Обсуждение выполненных заданий. Каждая группа выполняет самоанализ. Учитель в свою очередь проводит формативное оценивание каждой группы используя метод поощрения (хлопками) и исправление ошибок.  **(К, Г)** Класс в тех же командах играет в игру «Выбивала», для закрепления пройденного материала (карточка №1).  **(К, Ф)** Учащиеся проводят формативное оценивание игры своих соперников.  **Спросить:** каждый ли учащийся может ориентироваться в пространстве во время игровой ситуации?.  **Вопрос для диалога:**  ***-****знаете правила игры, могут свободно перемещается по игровой площадке*  ***-*** *соблюдает технику безопасности во время выполнения приемов ловли и передачи мяча*  *- знает и демонстрирует правильную стойку игрока и перемещение, ловлю и передачу мяча. Осуществляет технически верно броски мяча.*  В каких игровых ситуациях применяются эти упражнения?  *После выполнения задание учитель предлагает учащимся провести оценивание*  Задание№ 2  **(К, П, Ф)** Игра «Третий-лишний». Вначале выбирают [водящего](https://bosichkom.com/%D0%B8%D0%B3%D1%80%D1%8B/%D1%81-%D0%B2%D0%BE%D0%B4%D1%8F%D1%89%D0%B8%D0%BC) «догонялу», который будет догонять, и игрока, который будет убегать «третий-лишний». Все играющие разбиваются по двое и становятся парами в круг один за другим лицом внутрь круга. Таким образом получается как бы двойной круг игроков. Перед началом игры «догоняла» становится в центр круга, «третий-лишний» - за кругом. По сигналу водящий начинает погоню. Убегающий должен бегать только за кругом, нельзя пробегать сквозь круг или, наоборот, убегать далеко от него. Оба бегущих игрока не должны дотрагиваться до стоящих пар.В любой момент убегающий игрок может пристроится к любой паре спереди. Об этом он может предупредить криком «*беги!*» или «*лишний!*». В этом случае «третий-лишний» игрок сзади продолжает убегать вместо него. Таким образом, все игроки должны быть в готовности убегать, потому что ситуация на игровой площадке может поменяться в любой момент. Одновременно могут бежать только два игрока (водящий и убегающий). Если «третий-лишний» забегает в круг, то он обязан быстро пристроиться к какой-нибудь паре. А «догоняла» не может даже забегать между парами. Зато он может «салить» нового «третьего-лишнего» даже если тот ещё не сдвинулся с места, как только «старый» убегающий пристроился к паре и крикнул «*беги!*». Погоня заканчивается, когда водящий настигает убегающего. Тогда они меняются местами и игра начинается сначала. Игра идёт до полной усталости всех игроков.**Маленькие хитрости:**  - чтобы круг не сжимался при смене убегающих, парам следует не забывать сдвигаться на шаг назад.  - новому убегающему не запрещено сразу же выходить из игры, занимая место у соседней, а то и у своей собственной пары. Главное при этом - не попасться «догоняле»!  - поскольку бывший «догоняла» после того, как догнал убегающего, уже изрядно устал, ему лучше сразу же пристроиться к какой-нибудь паре и отдохнуть.  **Вопрос для диалога:**  - соблюдают технику безопасности;  - ориентируются в игровом пространстве;  - «убегающий» не убегает далеко от круга;  - «убегающий» не пробегает через центр круга.  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;  - соблюдают технику безопасности;  - отвечают на вопрос  - дают комментарии | D:\конкурс дидактики\ФО\ФО-Звездочки.jpgФО «Звёздочки»  ФО «Сэндвич похвалы»  D:\конкурс дидактики\ФО\img37.jpg | Большое, свободное пространство  Свисток для учителя  Большое свободное пространство  Свисток для учителя, секундомер, баскетбольные мячи  Ссылка №1на обучающее видео: https://www.youtube.com/watch?v=vketogl1v08\_   1. Ссылка №2 на обучающее видео: https://www.youtube.com/watch?v=l2-e\_A86k0M\_ |
| 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:** Как на практике можно применять в домашних условиях навыки техники безопасности.  Попробовать применить приобретенные практические навыки.  Подумать над темой влияния упражнений на физическое и психологическое здоровье.  - 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 |