|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Раздел** | |  | | | |
| **ФИО педагога** | |  | | | |
| **Дата** | |  | | | |
| **Класс** | | Количество присутствующих: отсутствующих: | | | |
| **Тема урока** | | **Разновидности бега, прыжков и метания** | | | |
| **Цели обучения, которые достигаются на данном уроке (ссылка на учебную программу)** | | 3.1.2.1. Знать и понимать, как выполнять и связывать движения при выполнении различных физических упражнений, которые предусмотрены для физического развития | | | |
| **Цель урока** | | освоить технику прыжка в длину;  выполнять прыжок в длину с места;  соблюдать правила безопасности. | | | |
| **Критерии успеха** | | 1. Соблюдать ТБ при выполнении физических упражнений.  2. Технически правильно выполнять упражнения, способствующие физическому развитию. | | | |
| Ход урока | | | | | |
| **Этапы урока** | **Деятельность учителя** | | **Деятельность обучающихся** | **Оценивание** | **Ресурсы** |
| Начало | Вход учеников в зал.  Сообщение темы урока.  Сообщение цели и задач урока.  Обсуждение критериев оценивания.  Учащиеся выполняют задания, соблюдая правила ТБ. Упражнения способствуют постепенному врабатыванию организма.  **Ходьба**.  Упражнения способствуют выработке правильной осанки. Следите за тем, чтобы учащиеся держали спину ровно.  - ходьба на носках,  - на пятках,  - острый шаг.  Упражнения способствуют подготовке голеностопа к бегу.  - ходьба на внешней стороне стопы;  - ходьба на внутренней стороне стопы.  **Бег.**  - в обход;  - по диагонали;  - «по кругу».  Учащиеся выполняют комплексы разминок.  ОРУ в кругу. Проводит ученик.  Во время выполнения упражнений комплекса оценивайте учащихся. Исправляйте допущенные ошибки.  Комплекс специальных беговых упражнений (СБУ).  Во время выполнения упражнений комплекса оценивайте учащихся. Исправляйте допущенные ошибки.  *Дескрипторы:*  - выполняют комплекс ОРУ и СБУ соблюдая правила безопасности;  - знают, какую нужно выполнять разминку перед предстоящей нагрузкой. | | Ученики делятся на группы. Осмысливают поставленную цель. Наличие спортивной формы. |  | Большое свободное пространство для каждого вида деятельности |
| Середина | Напомнить правила безопасности во время прыжков.  Рассказать, объяснить и показать учащимся технику прыжка в длину с места толчком двух ног.  Выполнение учащимися прыжка в длину с места.  Во время выполнения задания оценивайте учащихся. Исправляйте допущенные ошибки.  Учащиеся выполняют задания в подвижной игре.  **Подвижная игра «В дальнюю зону».**  Участники команд прыгают цепочкой друг за другом. Соревнование можно проводить как между отдельными игроками, так и между командами. За каждый прыжок участник получает оценку, которая представляет собой сумму номеров зон, обозначающих место толчка и место приземления. Побеждает команда, набравшая большее количество очков.  Обсудите с учащимися результаты игры. Оцените работу учащихся.  Дескрипторы.  1. Соблюдают ТБ.  2. Выполняют правила игры.  3.Технически правильно выполняют прыжок в длину с места.  Учащиеся выполняют задания в эстафете.  **Прыжковая эстафета.**  В ходе эстафеты участники команд, построенные в колонны, могут продвигаться вперед различными прыжками: скачками на одной ноге с переходом на другую, на двух ногах с набивными мячами в руках, боком и т. д. Следует передвигаться только установленным способом. Нельзя создавать препятствий противнику.  Победительницей считается команда, первой и без ошибок закончившая эстафету.  Обсудите с учащимися результаты игры. Оцените работу учащихся.  Дескрипторы.  1. Соблюдают ТБ.  2. Технически правильно выполняют прыжки.  3. Соблюдают правила игры. | | Синхронность выполнения строевых приёмов.  Соблюдать дистанцию при выполнении беговых упражнений.  Быть внимательным на снарядах.  Работая в группах, ученики самостоятельно изучают новый материал.  Ученики самостоятельно выполняют 12-е упражнение. | Взаимооценивание  самооценивание | Большое свободное пространство для каждого вида деятельности.  Теннисные мячи, фишки.  Ссылка:  <https://www.youtube.com/watch?v=0GalavwdShs> |
| .Конец  Рефлеция | **Итог урока**. Самооценка учащимися результатов своей учебной деятельности.  Организует систематизацию и обобщение совместных достижений. Организует индивидуальную работу по личным достижениям. Проводит рефлексию.  - Понравился ли вам урок?  - Что было трудным для вас?  - Что вам больше понравилось? | | Оценивают работу своих одноклассников.  На стикерах записывают свое мнение по поводу урока. |  |  |