Наименование учреждения: СОПШДО №17

Ф.И.О. – Скляр О.В.

Должность – учитель

Стаж работы – 33 года

Категория – высшая

Предмет – физическая культура

Тема: Выполнение акробатических упражнений

Класс: 5 «а»

Краткосрочный план

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *Раздел долгосрочного плана:*  *Укрепление организма через гимнастику* | | | |  | | |
|  | | | |  | | |
|  | | | |
|  | | | | *Количество присутствующих:* | | *отсутствующих:* |
| Тема урока | | *Выполнение акробатических упражнений* | | | | |
| **Цели обучения, которые достигаются на данном уроке (ссылка на учебную программу)** | | 5*.1.2.2. Знать и уметь выполнять комбинации движений и их последовательность в некоторых упражнениях* | | | | |
| **Цели урока** | | *Соблюдение техники безопасности на уроках гимнастики*  *Закрепление техники кувырка вперед; техники кувырка назад; стойки на лопатках; соединение акробатических элементов.*  *Показать значимость занятий гимнастикой для оздоровительного эффекта организма.*  *Развитие координации движений, гибкости, ловкости.* | | | | |
| **Критерии оценивания** | | ***Все учащиеся смогут:*** *знать технику безопасности при выполнении упражнений, выполнять специальные упражнения на гибкость и общеразвивающие упражнения, акробатические упражнения.* ***Многие учащиеся смогут:*** *выполнить кувырок вперед и кувырок назад, стойку на лопатках.* ***Некоторые учащиеся смогут:*** *технически правильно выполнить акробатические упражнения и соединить акробатические элементы в комбинацию.* | | | | |
| **Привитие ценностей** | | *Способствование целеустремленности, трудолюбия, настойчивости.* | | | | |
| **Языковые цели** | | *Учащиеся могут понять термины: «группировка», « перекаты», «кувырок», « стойка на лопатках», «комбинация».* | | | | |
| **Предыдущее обучение** | | *Правила техники безопасности на уроках гимнастики при выполнении акробатических упражнений; разучивание акробатических упражнений* | | | | |
| **Межпредметные связи** | | *Физика, анатомия, биомеханика.* | | | | |
| **Использование ИКТ** | | *Просмотр видеофрагментов, по технике выполнения акробатических упражнений* | | | | |
| **Ход урока** | | | | | | |
| **Запланированные этапы урока** | **Запланированная деятельность на уроке** | | | | **Ресурсы** | |
| **Начало урока**  **15 минут**  **2 минуты**  6 минут  Активный метод обучения  7 минут | *Организационный момент:*   1. *Создание коллаборативной среды. Игра: "Верно-неверно"- развитие внимания и повторение правил безопасного поведения на уроках физкультуры и гимнастики.* *- Ребята, если я произнесу верное высказывание (правило), вы маршируете, если я произнесу ложное высказывание, приседайте.* 2. *Объяснение темы урока: закрепление техники кувырка вперед и назад в группировке в упор присев; стойка на лопатках; соединение акробатических элементов в комбинацию.* 3. *Объяснение о критериях оценивания:*   ***Нужна помощь:***  *знание правил техники безопасности, умение выполнять специальные упражнения на гибкость и общеразвивающие упражнения, выполнять акробатические упражнения*  ***Есть над чем работать:***  *знание правил техники безопасности, умение выполнять общеразвивающие упражнения ,после выполнения кувырка вперед и назад прийти в и.п.- упор присев.*  ***Достиг:*** *знание правил техники безопасности, умение выполнять специальные упражнения на гибкость и общеразвивающие упражнения , технически правильно выполнить акробатические упражнения и соединение акробатических упражнений в комбинацию.*  *4.Комплекс общеразвивающих упражнений выполнять игровым методом. Игра «День, ночь». Класс делится на две команды, одна команда –«день», вторая –«ночь». Учитель показывает общеразвивающие упражнения, учащиеся выполняют. По команде «день», команда убегает, а команда «ночь» - догоняет.*  ***1.*** *И.п. – стойка ноги врозь, руки на пояс.*  *1–4 – круговые вращения головой вправо;*  *5–8 – то же влево.*  *В положении головы внизу выполняется выдох, вверху – вдох.*  ***2.*** *И.п. – о.с.*  *1 – левую ногу отвести влево на носок, правая рука вверх, левая на пояс – вдох;*  *2–3 – два наклона туловища влево – выдох;*  *4 – и.п.;*  *5–8 – то же вправо, сменив положение рук и ног.*  ***3.*** *И.п. – стойка ноги врозь, руки на пояс.*  *1 – наклон туловища к правой ноге – выдох;*  *2 – наклон туловища вперед – вдох;*  *3 – наклон туловища к левой ноге – выдох,*  *4 – и.п. – вдох.*  ***4.*** *И.п. – стойка ноги врозь, руки на пояс.*  *1–4 – круговые вращения туловища в правую сторону – вдох;*  *5–8 – то же влево – выдох.*  ***5.*** *И.п. – полуприсед, руки на колени.*  *1–4 – круговые вращения коленей в правую сторону – вдох;*  *5–8 – то же влево – выдох.*  ***6.*** *И.п. – руки на пояс.*  *1 – выпад правой вперед, руки в стороны;*  *2–7 – пружинистые покачивания в выпаде вверх – вниз;*  *8 – и.п.;*  *9–16 – то же, сменив положение ног.*  *Дыхание не задерживать.*  ***7.*** *И.п. – стойка ноги врозь, руки вперед-в стороны.*  *1 – мах правой ногой влево – выдох;*  *2 – и.п. – вдох;*  *3 – мах левой ногой вправо – выдох;*  *4 – и.п. – вдох.*  *6. Упражнения на восстановление дыхания.* | | | | *Карточки с дескрипторами. Свисток.* | |
| **Середина урока**  **25 минут**    **5 минут**  **Дифференцированный подход**  **17 минут**  **Активный метод обучения**  **3 минуты** | *1. Просмотр карточек с техникой выполнения кувырков вперед и назад, стойки на лопатках*        *Обсуждение с учащимися об ошибках, которые допускаются при выполнении техники кувырка вперед, кувырка назад, стойки на лопатках*  *2. Класс разделить на 2 группы. Учащиеся работают в группах, которым раздаются задания, соответствующие уровню учащихся. В каждой группе выбирается лидер.*  ***1 группа***   * *Группировка в положении сидя, в приседе, лежа на спине.* * *Кувырки вперед* * *Кувырки назад* * *Стойка на лопатках*   ***2 группа***  *\* два кувырка вперед*  *\* два кувырка назад*  *\* стойка на лопатках*  *\* соединение акробатических элементов в комбинацию*  *3.Типичные ошибки при выполнении.*   * *Колени не плотно подтянуты к груди.* * *Спина не округлена* * *Отсутствие отталкивания ногами*. * *Опора руками сзади при переходе в упор присев* * *Разгибание ног в момент постановки рук и переворачивания через голову* * *Напряженность (скованность) движений.* * *Отсутствие опоры и отжимания на руках в момент переворачивания через голову*   *4.Эстафеты с применением гимнастических снарядов* | | | | *Гимнастические маты, карточки с заданием*  *Гимнастические скамейки*  *Карточки с техникой выполнения акробатических элементов* | |
| **Конец урока**  5 минут | *В конце урока расположить учащихся в круг, подведение итогов относительно цели и урока в целом. Раздать заранее приготовленные карточки с вопросам. Провести в форме письменного опроса- метод незаконченного предложения*  *(рефлексия).*   * *Мне больше всего удалось….* * *Я могу себя похвалить за….* * *На мой взгляд не удалось…. потому что….* * *На будущее я учту…*   ***Домашнее задание:*** *Ежедневно выполнять комплекс упражнений на гибкость.*  *При организационном уходе из спортивного зала, каждый учащейся подходит к «лестнице успеха» и маркером пишет свое имя на одной из ступеней:*   * *Достиг* * *Есть над чем работать* * *Нужна помощь* | | | | *Карточки с вопросами. Маркеры, ватман, ручки.* | |
| **Дифференциация – каким образом Вы планируете оказать больше поддержки? Какие задачи Вы планируете поставить перед более способными учащимися?** | | | **Оценивание – как Вы планируете проверить уровень усвоения материала учащимися?** | | **Здоровье и соблюдение техники безопасности** | |
| Методом наглядных пособий, многократного повторения, выявления и исправления ошибок.  Составить комбинацию акробатических упражнений из 6-8 элементов | | | По критериям оценивания. Самооценивание, взаимооценивание. | | Соблюдение техники безопасности во время выполнения акробатических упражнений и всего урока. | |
| **Рефлексия по уроку** | | |  | | | |
| **Общая оценка**  Какие два аспекта урока прошли хорошо (подумайте как о преподавании, так и об обучении)?  1:  2:  Что могло бы способствовать улучшению урока (подумайте как о преподавании, так и об обучении)?  1:  2:  Что я выявил за время урока о классе или достижениях/трудностях отдельных учеников, на что необходимо обратить внимание на последующих уроках? | | | | | | |