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 минутАктивный метод обучения7 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? |