**III четверть**

**Раздел 5. Обучение двигательным навыкам посредством игр.**

**Урок № 52**

|  |  |
| --- | --- |
| **Тема:** Игра как средство для развития индивидуальных фи­зических качеств. | **Школа: школа – лицей № 16** |
| **Дата: 16.01.2017** | **Ф.И.О. педагога: Шарапова Юлия Александровна** |
| **Класс: 1 «А»** | **Количество присутствующих: 24** | **Количество отсутствующих: 3** |
| **Цели обучения, которые помогают достичь данный урок.** | 1.3.1.1. Осознавать важность физической деятельности, получить общее по­нятие о здоровье. |
| **Цели урока:** | **Все учащийся будут уметь:** |
| Перемещаться на разных уровнях в произвольном направлении. Выполнять разные виды бега.Передавать мяч с руки на руку под коленями, лежа на полу. Толкать мяча вперед головой, перемещаясь на предплечьях и ступнях. |
| **Большинство учащийся будут уметь:** |
| Проводить индивидуальный мониторинг изменения состояния организма при выполнении физических упражнений разной интенсивности. Вести мяч на разном уровне. Выполнять движения шеренгой. Выполнять ходьбу с мячом, зажатым между ступнями. |
| **Некоторые учащийся будут уметь:** |
| Перебрасывать мяч через натянутый шнур с последующей ловлей. |
| **Языковая цель:** | Учащиеся могут анализировать и описывать самочувствие при выполнении физического упражнения, связывая это с понятием о здоровье, продемон­стрировать упражнения для развития физических качеств и саморегуляции организма. |
| **Предметная лексика и терминология:**  |
| Двигательная активность, интенсивность, сердцебиение, сердце, легкие, ды­хание, пульс, саморегуляция, расслабление, мониторинг. |
| **Полезные фразы для диалога/письма:** |
| ***Вопросы для обсуждения:*** |
| Что вы чувствовали, когда представляли себя частью воздуха?Какие изменения происходят в организме после упражнений с мячом?Какую пользу оказывают упражнения с мячом?Какие физические качества развиваются в игре?Как нужно заботиться о здоровье окружающих?Какие способы снятия мышечного напряжения вы знаете? |
| ***Можете ли вы сказать почему…..?*** |
| Почему разные ощущения и изменения в организме во время перемещений и остановок?Почему подвижные игры являются одним из способов сохранения здоровья? Почему здоровье является величайшей ценностью? Почему нужно снимать мышечное напряжение? |
| **Предыдущее обучение:** | Подготовительные упражнения для ходьбы на лыжах. Игры «Идите ко мне», «Часы». |
| **План:** |
| **Временные рамки** | **Запланированная деятельность** | **Ресурсы** |
| **0-3 минуты****4 – 6****7 – 17****18 – 25****26 – 39****40 – 45** | **(К, Э)** Предлагает учащимся представить себя частичкой возду­ха и быстро перемещаться на разных уровнях в произвольном направлении.Пытайтесь кружиться и резко внезапно останавливаться. Раскройте руки, когда кружитесь.Подпрыгните вверх, словно воздух подбросил вас высоко или опуститесь очень низко, медленно раскачивая руки из стороны в сторону. Потом сильнее.Покачивайте руками, пока не встанете.Предлагает описать свои ощущения и изменения в организме во время разных перемещений и остановок. **(К, Э,** П) Предлагает учащимся выполнить разные виды бега (спиной вперед, с чередованием темпа). Напоминает учащимся о необходимости держать дистанцию и голову прямо, чтобы не сталкиваться с другими.Предлагает замерить сердцебиение, которое можно измерить, если учащиеся положат одну руку на свое сердце (левая сторона груди), а другой будут открывать и закрывать, показывая, как быстро бьется их сердце.**Упражнения для развития физических качеств.**Передача мяча с руки на руку под коленями, лежа на полу.Предлагает учащимся перемещаться разными тактиками, разви­вающими физические качества. Обсуждает дистанцию переме­щения, разделение пространства и лидерства, минимизацию ри­сков. Вращение мяча вокруг ног («восьмеркой») в движении.**Толкание мяча вперед головой.**(К) Отбивание мяча в разном уровне об пол одной рукой с про­движением вперед на расстояние 5 м.Высокое ведение мяча, очень высокое, низкое, очень низкое.(К) Перебрасывание мяча через натянутый шнур с последующей ловлей.Бросают мяч через натянутую веревку, пробегают под ней впе­ред и ловят мяч сразу или после отскока от пола.(К) Обсуждает, какие упражнения показались самыми легкими и в каких им нужно практиковать в дальнейшем. Предлагает учащимся попытаться описать свои движения, которые они использовали и сказать, как они считают. Насколько хорошо они их выполнили. Поднять большие пальцы вверх - если учащиеся считают, что выполнили хорошо, пальцы в бок - если они не уверены, пальцы вниз - если они думают, что им необходимо тренироваться дальше.Предлагает проанализировать самочувствие при выполнении физического упражнения, связывая это с понятием о здоровье. | Просторное свободное про­странство.Мячи диаме­тром 20 см, схемы выпол­нений упраж­нений.Шнур, натяну­тый как волей­больная сетка. |
| **Дополнительная информация:** |
| **Дифференциация – как вы планируете оказать больше поддержки?****Какие задачи вы планируете поставить перед более способными учащимися?** | **Оценивание – как вы планируете проверить уровень усвоения материала учащимися?** | **Междисциплинарные связи Проверка здоровья и безопасности** **Связи с ИКТ****Связи с ценностями**  |
| Выполнить упражнения для развития фи­зических качеств.Выполнить ведение мяча на разном уровне.Перебросить мяч через натянутый шнур с последующей ловлей.Провести индивидуальный мониторинг самочувствия во время выполнения упражнений. | Продемонстрируют перемеще­ние в произвольном направле­нии разной интенсивности в соответствии с картиной.Будут перемещаться с мячом разными тактиками, развиваю­щими физические качества. | Связь с предметом «Самопознание». |
| **Рефлексия** Были ли цели урока/учебные цели реалистичными?Чему ученики научились сегодня?Какой была атмосфера урока?Хорошо ли сработал мой дифференцированный подход к работе?Уложился ли я в график? Какие изменения я хотел бы внести в свой план и почему? | **Используйте данный раздел для рефлексии урока. Ответьте на вопросы о вашем уроке из левой колонки.** |
| **Общая оценка**Какие два аспекта урока прошли хорошо (подумайте как о преподавании, так и об обучении)?1:2:Какие два аспекта могли бы улучшить урок (подумайте как о преподавании, так и об обучении)?1:2:Что я узнал(а) о классе или отдельных учениках такого, что поможет мне подготовится к следующему уроку? |