**Краткосрочный план урока физической культуры 3 класса**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата:  | Урок №  | Дозировка  | Действие учащихся | Действия учителя |
| Раздел: Гимнастика |
| Тема урока: Упражнения в равновесии (У). Преодоление полосы препятствий. |
| Общие цели: создать условия для обучения техники гимнастических упражнения; развития гибкости, подвижности, координации движения, скоростно-силовых качеств. |
| Результаты обучения: умеют делать наблюдения, анализировать, делать выводы, развивать мыслительную и практическую деятельность через групповую работу. Умеют выполнять прыжки, лазания, гимнастические упражнения, упражнения вравновесии. |
| Ключевые идеи: учить технике гимнастических упражнений |
| Задания 1Задания 2Задание 3Задание 4Задание 5Задание 6 | **Построение. Строевые упражнения** (повороты на месте, перестроение)**Прием «Райтинг»****Приём “Поиск общего”**Назвать, что общего есть между гимнастикой и другими видами спорта.Разделить класс на 2 группы **Разминка:****1.Разновидности ходьбы и бега****2.ОРУ****Провести контрольное упражнение:** 1.Подъем туловища из положения лежа2.Подтягивание в висе (м), в висе лежа (д)**Упражнения в равновесии (У):**Простейшие комбинации из пройденных упражнений (ходьба по бревну на носках, повороты).***Полоса препятствий*:**Выполнить 3 круга. Упражнения. 1. Прыжок в длину с места через гимнастический мат. 2) Ползание по-пластунски. 3) Метание мяча в цель с 4-5 м. 4) Лазанье по наклонной скамейке в упоре присев. 5) Ходьба по гимнастическому бревну с двумя поворотами кругом на середине бревна. 6) Лазанье по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой ног. 7) Броски мяча двумя руками от груди. 8) Ведение мяча, передвигаясь шагом или бегом. 9) Лежа на гимнастической скамейке, передвигаться при помощи рук (одноименным способом). | 2-3 мин2 мин7 мин3 мин3 мин7 мин8 мин12 мин | Выполняют строевые упражнениевысказывают свое мнениеделятся на группы по выбору Выполняют упражненияВыполняют контрольное упражнениеВыполняют упражнения на оценкуПроходят полосу препятствий по 2 раза | Проверить наличие формы, обратить внимание на правильность и четкость выполнения командПроверяет выполнение заданийнаблюдает, делает методические указания при выполнении упражнения, формативное оценивание учащихсяНаблюдение за выполнением заданияСледит за выполнением, делает методические указания, записывает результат |
| Рефлексия  | ***Прием «Хвалилки»*****Подве­дение итогов урока** | 5 мин | Выполняют упражнение, вставляют себе оценки в устной форме | Выставляет оценки, отвечает на вопросы учащихся  |
| Источник: |  |
| Ресурсы: | Гим скамейки, стенка, скакалки, ручки, листочки |
| Домашнее задание | Упражнение на развитие силы: отжимание из и.п. – упор лежа (м-25 раз, д- 15 раз), подъем туловища из положения лежа на спине –25-30 раз |