**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 1  Задания 2  Задание 3  Задание 4  Задание 5  Задание 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 лежа  2.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 мин  2 мин  7 мин  3 мин  3 мин  7 мин  8 мин  12 мин | Выполняют строевые упражнение  высказывают свое мнение  делятся на группы по выбору  Выполняют упражнения  Выполняют контрольное упражнение  Выполняют упражнения на оценку  Проходят полосу препятствий по 2 раза | | Проверить наличие формы, обратить внимание на правильность и четкость выполнения команд  Проверяет выполнение заданий  наблюдает, делает методические указания при выполнении упражнения, формативное оценивание учащихся  Наблюдение за выполнением задания  Следит 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 | | | | | | |