План-конспект урока по физической культуре для 5 класса №1

**Раздел программы:** Легкая атлетика

**Тема**: Спринтерский бег, эстафетный бег

**Цель:** Развитие интереса к лёгкой атлетике и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники спринтерского бега, обучение технике эстафетного бега

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные ):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: изучение нового материала.

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивная площадка.

**Инвентарь**: свисток, секундомер, эстафетные палочки.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №1

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

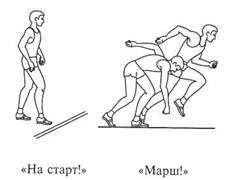
Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Высокий старт *(до 10-15 м)*

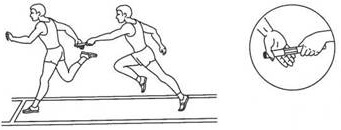


Бег с ускорением *(30-40 м)*



из различных исходных положений

Встречная эстафета.



Основные положения бегуна по командам «На старт!»; «Внимание!» «Марш!» и особенности стартового разгона. Обратить внимание на работу рук, активное выталкивание, сохранение наклона и своевременное выпрямление туловища с переходом на бег по дистанции.

По мере освоения техники выполнения высокого старта стартовые отрезки удлиняются, а скорость их пробегания увеличивается

В процессе выполнения допущенные ошибки являются д/з (для каждого индивидуально)

Знакомство с техникой эстафетного бега. Техника передачи эстафетной палочки. Техника старта на этапах эстафетного бега.

Выполняют задания.

Дети которые не могут выполнить данное упр. отрабатывают технику отдельных элементов..

Выполняют задание.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Слушают. Выполняют. Обсуждают.

Групповая, индивидуальная

Овладение навыками выполнения бега, добросовестное выполнение учебных заданий, стремление к освоению знаний и умений.

Овладение навыками изучаемого двигательного действия в изменяющихся внешних условиях

Определить эффективную модель бега

Описывать технику старта, осваивать ее самостоятельно с выявлением и устранением ошибок.

Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного выполнения упражнений, соблюдать правила безопасности.

Применение освоенных двигательных действий в игровой деятельности.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа .

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромисы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 5 класса №2

**Раздел программы:** Легкая атлетика

**Тема**: Спринтерский бег, эстафетный бег

**Цель:** Развитие интереса к лёгкой атлетике и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники спринтерского бега, обучение технике эстафетного бега

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные ):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: изучение нового материала.

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивная площадка.

**Инвентарь**: свисток, секундомер, эстафетные палочки.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №1

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

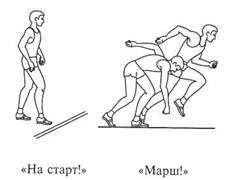
Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Высокий старт *(до 10-15 м)*

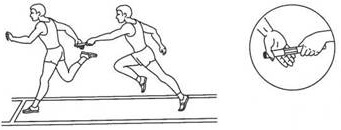


Бег с ускорением *(30-40 м)*



из различных исходных положений

Круговая эстафета.



Основные положения бегуна по командам «На старт!»; «Внимание!» «Марш!» и особенности стартового разгона. Обратить внимание на работу рук, активное выталкивание, сохранение наклона и своевременное выпрямление туловища с переходом на бег по дистанции.

По мере освоения техники выполнения высокого старта стартовые отрезки удлиняются, а скорость их пробегания увеличивается

В процессе выполнения допущенные ошибки являются д/з (для каждого индивидуально)

Знакомство с техникой эстафетного бега. Техника передачи эстафетной палочки. Техника старта на этапах эстафетного бега.

Выполняют задания.

Дети которые не могут выполнить данное упр. отрабатывают технику отдельных элементов..

Выполняют задание.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Слушают. Выполняют. Обсуждают.

Групповая, индивидуальная

Овладение навыками выполнения бега, добросовестное выполнение учебных заданий, стремление к освоению знаний и умений.

Овладение навыками изучаемого двигательного действия в изменяющихся внешних условиях

Определить эффективную модель бега

Описывать технику старта, осваивать ее самостоятельно с выявлением и устранением ошибок.

Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного выполнения упражнений, соблюдать правила безопасности.

Применение освоенных двигательных действий в игровой деятельности.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа .

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромисы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 5 класса №3

**Раздел программы:** Легкая атлетика

**Тема**: Спринтерский бег, эстафетный бег

**Цель:** Развитие интереса к лёгкой атлетике и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники спринтерского бега, обучение технике эстафетного бега

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные ):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: совершенствования.

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивная площадка.

**Инвентарь**: свисток, секундомер, эстафетные палочки.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №1

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

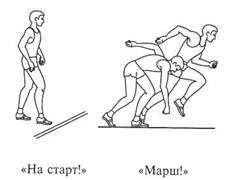
Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Высокий старт *(до 10-15 м)*

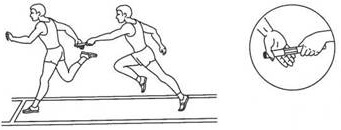


Бег с ускорением *(30-40 м)*



из различных исходных положений

Круговая эстафета.



Основные положения бегуна по командам «На старт!»; «Внимание!» «Марш!» и особенности стартового разгона. Обратить внимание на работу рук, активное выталкивание, сохранение наклона и своевременное выпрямление туловища с переходом на бег по дистанции.

По мере освоения техники выполнения высокого старта стартовые отрезки удлиняются, а скорость их пробегания увеличивается

В процессе выполнения допущенные ошибки являются д/з (для каждого индивидуально)

Знакомство с техникой эстафетного бега. Техника передачи эстафетной палочки. Техника старта на этапах эстафетного бега.

Выполняют задания.

Дети которые не могут выполнить данное упр. отрабатывают технику отдельных элементов..

Выполняют задание.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Слушают. Выполняют. Обсуждают.

Групповая, индивидуальная

Овладение навыками выполнения бега, добросовестное выполнение учебных заданий, стремление к освоению знаний и умений.

Овладение навыками изучаемого двигательного действия в изменяющихся внешних условиях

Определить эффективную модель бега

Описывать технику старта, осваивать ее самостоятельно с выявлением и устранением ошибок.

Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного выполнения упражнений, соблюдать правила безопасности.

Применение освоенных двигательных действий в игровой деятельности.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа .

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромисы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 5 класса №4

**Раздел программы:** Легкая атлетика

**Тема**: Спринтерский бег, эстафетный бег

**Цель:** Развитие интереса к лёгкой атлетике и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники спринтерского бега, обучение технике эстафетного бега

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные ):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: совершенствования.

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивная площадка.

**Инвентарь**: свисток, секундомер, эстафетные палочки.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №1

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

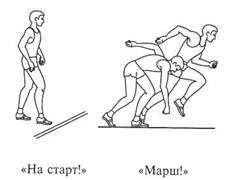
Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Высокий старт *(до 10-15 м)*



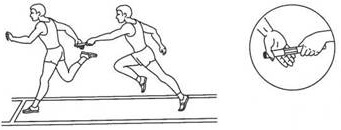
Бег с ускорением *(50-60 м)*



из различных исходных положений

Финиширование

Эстафетный бег.



Основные положения бегуна по командам «На старт!»; «Внимание!» «Марш!» и особенности стартового разгона. Обратить внимание на работу рук, активное выталкивание, сохранение наклона и своевременное выпрямление туловища с переходом на бег по дистанции.

По мере освоения техники выполнения высокого старта стартовые отрезки удлиняются, а скорость их пробегания увеличивается

В процессе выполнения допущенные ошибки являются д/з (для каждого индивидуально)

Рассказ о способах и значении финиширования и их демонстрация

Знакомство с техникой эстафетного бега. Техника передачи эстафетной палочки. Техника старта на этапах эстафетного бега.

Выполняют задания.

Дети которые не могут выполнить данное упр. отрабатывают технику отдельных элементов..

Выполняют задание.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Слушают. Выполняют. Обсуждают.

Групповая, индивидуальная

Овладение навыками выполнения бега, добросовестное выполнение учебных заданий, стремление к освоению знаний и умений.

Овладение навыками изучаемого двигательного действия в изменяющихся внешних условиях

Определить эффективную модель бега

Описывать технику старта, осваивать ее самостоятельно с выявлением и устранением ошибок.

Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного выполнения упражнений, соблюдать правила безопасности.

Применение освоенных двигательных действий в игровой деятельности.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа .

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромисы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 5 класса № 5

**Раздел программы:** Легкая атлетика

**Тема**: Спринтерский бег, эстафетный бег

**Цель:** Развитие интереса к лёгкой атлетике и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники спринтерского бега, обучение технике эстафетного бега

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные ):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: учётный.

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивная площадка.

**Инвентарь**: свисток, секундомер, эстафетные палочки.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №1

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

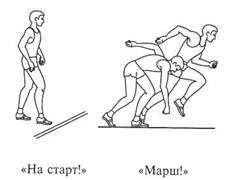
Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Бег на результат *(60 м)*



Подвижная игра «Разведчики и часовые»

Основные положения бегуна по командам «На старт!»; «Внимание!» «Марш!».

Участники делятся на 2 команды – «часовых» и «разведчиков» – и становятся на расстоянии 10–15 м. одна на другой. Перед командами проводятся линии. В центре рисуется кружок, в котором находится мяч. По сигналу к мячу выходят два игрока – разведчик и часовой. Разведчик выполняет различные движения, которые часовой должен повторять. Улучив момент, разведчик должен взять мяч и унести в свой лагерь. Часовой, выполняя все движения за разведчиком, внимательно следит за мячом. Как только разведчик схватит мяч, часовой старается поймать его и взять в плен. Если он поймает разведчика, то уводит в плен в своей лагерь, если он до линии другой команды не успеет догнать разведчика, то сам попадает в плен.

Выполняют задания.

Дети которые не могут выполнить данное упр. отрабатывают технику отдельных элементов..

Выполняют задание.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Слушают. Выполняют. Обсуждают.

Групповая, индивидуальная

Овладение навыками выполнения бега, добросовестное выполнение учебных заданий, стремление к освоению знаний и умений.

Овладение навыками изучаемого двигательного действия в изменяющихся внешних условиях

Определить эффективную модель бега

Описывать технику старта, осваивать ее самостоятельно с выявлением и устранением ошибок.

Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного выполнения упражнений, соблюдать правила безопасности.

Применение освоенных двигательных действий в игровой деятельности.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа .

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать, за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромиссы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 5 класса № 6

**Раздел программы:** Легкая атлетика

**Тема**: Прыжок в длину. Метание малого мяча.

**Цель:** Развитие интереса к лёгкой атлетике и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники прыжка в длину, обучение технике метания малого мяча.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные ):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Изучение нового материала

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивная площадка.

**Инвентарь**: свисток, секундомер, мяч для метания (150г), прыжковая яма, рулетка, грабли.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №1

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Прыжки в длину с разбега

Метание малого мяча в горизонтальную цель (1\*1м) с 5-6 м.

Подвижная игра «Попади в цель»

Формулирует задание, осуществляет контроль.

Даёт команду построиться перед прыжковой ямой.

*Проводит подготовительные упражнения:*

\* многократные прыжки на двух ногах, через линию(гимнастическую палку)

\* выпрыгивание из глубокого приседа и полуприседа толчком двух ног,

\* прыжок в длину с места толчком одной ноги при активном махе второй.*(Повторить 4–6 раз.)*

Обратить внимание на выпрямление ног и туловища.

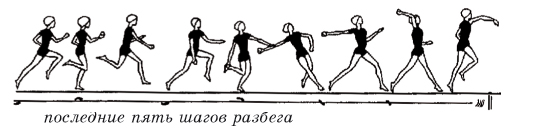
Выполнение прыжка с небольшого разбега.

Объясняет технику выполнения. Формулирует задание, обеспечивает мотивацию выполнения, осуществляет индивидуальный контроль.

\*прыжок в длину с разбега

Выполнение прыжка.

Помогает учащимся корректировать и исправлять ошибки. Контролирует технику безопасности.



Правила игры: 1. Бросать мячи можно только по сигналу руководителя. 2. При броске заходить за стартовую черту нельзя. Бросок зашедшего за черту не засчитывается.

Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняютупражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Слушают. Выполняют. Обсуждают.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

.

***Познавательные:*** Закрепление техники выполнения прыжка в длину с разбега.

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа .

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать, за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромиссы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 5 класса № 7

**Раздел программы:** Легкая атлетика

**Тема**: Прыжок в длину. Метание малого мяча.

**Цель:** Развитие интереса к лёгкой атлетике и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники прыжка в длину, обучение технике метания малого мяча.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные ):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Комбинированный.

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивная площадка.

**Инвентарь**: свисток, секундомер, мяч для метания (150г), прыжковая яма, рулетка, грабли.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №1

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Прыжки в длину с разбега

Метание малого мяча в горизонтальную цель (1\*1м) с 5-6 м.

Подвижная игра «Кто дальше бросит»

Формулирует задание, осуществляет контроль.

Даёт команду построиться перед прыжковой ямой.

*Проводит подготовительные упражнения:*

\* многократные прыжки на двух ногах, через линию(гимнастическую палку)

\* выпрыгивание из глубокого приседа и полуприседа толчком двух ног,

\* прыжок в длину с места толчком одной ноги при активном махе второй.*(Повторить 4–6 раз.)*

Обратить внимание на выпрямление ног и туловища.

Подбор разбега

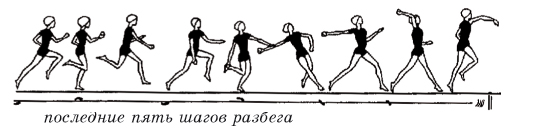
Выполнение прыжка с 7-9 шагов разбега.

Объясняет технику выполнения. Формулирует задание, обеспечивает мотивацию выполнения, осуществляет индивидуальный контроль.

\*прыжок в длину с разбега

Выполнение прыжка.

Помогает учащимся корректировать и исправлять ошибки. Контролирует технику безопасности.



Правила игры: 1. Бросать мячи можно только по сигналу руководителя. 2. При броске заходить за стартовую черту нельзя. Бросок зашедшего за черту не засчитывается.

Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняютупражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Слушают. Выполняют. Обсуждают.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

.

***Познавательные:*** Закрепление техники выполнения прыжка в длину с разбега.

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа .

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать, за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромиссы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 5 класса № 8

**Раздел программы:** Легкая атлетика

**Тема**: Прыжок в длину. Метание малого мяча.

**Цель:** Развитие интереса к лёгкой атлетике и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники прыжка в длину, обучение технике метания малого мяча.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные ):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Совершенствования.

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивная площадка.

**Инвентарь**: свисток, секундомер, мяч для метания (150г), прыжковая яма, рулетка, грабли.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №1

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Прыжки в длину с разбега

Метание малого мяча в горизонтальную цель (1\*1м) с 5-6 м.

Подвижная игра «Метко в цель»

Формулирует задание, осуществляет контроль.

Даёт команду построиться перед прыжковой ямой.

*Проводит подготовительные упражнения:*

\* многократные прыжки на двух ногах, через линию(гимнастическую палку)

\* выпрыгивание из глубокого приседа и полуприседа толчком двух ног,

\* прыжок в длину с места толчком одной ноги при активном махе второй.*(Повторить 4–6 раз.)*

Обратить внимание на выпрямление ног и туловища.

\*Подбор разбега

\*Приземление

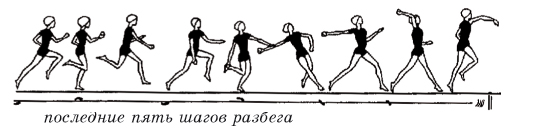
Выполнение прыжка с 7-9 шагов разбега.

Объясняет технику выполнения. Формулирует задание, обеспечивает мотивацию выполнения, осуществляет индивидуальный контроль.

\*прыжок в длину с разбега

Выполнение прыжка.

Помогает учащимся корректировать и исправлять ошибки. Контролирует технику безопасности.



Правила игры: 1. Бросать мячи можно только по сигналу руководителя. 2. При броске заходить за стартовую черту нельзя. Бросок зашедшего за черту не засчитывается.

Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняютупражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Слушают. Выполняют. Обсуждают.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

.

***Познавательные:*** Закрепление техники выполнения прыжка в длину с разбега.

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа .

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать, за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромиссы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 5 класса № 9

**Раздел программы:** Легкая атлетика

**Тема**: Прыжок в длину. Метание малого мяча.

**Цель:** Развитие интереса к лёгкой атлетике и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники прыжка в длину, обучение технике метания малого мяча.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Учётный.

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивная площадка.

**Инвентарь**: свисток, секундомер, мяч для метания (150г), прыжковая яма, рулетка, грабли.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №1

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Прыжки в длину с разбега

Метание малого мяча в горизонтальную цель (1\*1м) с 5-6 м.

Формулирует задание, осуществляет контроль.

Даёт команду построиться перед прыжковой ямой.

\*Подбор разбега

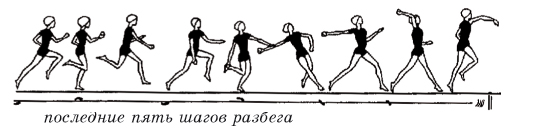
Выполнение прыжка с 7-9 шагов разбега.

Объясняет технику выполнения. Формулирует задание, обеспечивает мотивацию выполнения, осуществляет индивидуальный контроль.

\*прыжок в длину с разбега

Выполнение прыжка.

Помогает учащимся корректировать и исправлять ошибки. Контролирует технику безопасности.



Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняют упражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

.

***Познавательные:*** Закрепление техники выполнения прыжка в длину с разбега.

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа .

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать, за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромиссы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 5 класса № 10

**Раздел программы:** Легкая атлетика

**Тема**: Бег на средние дистанции.

**Цель:** Развитие интереса к лёгкой атлетике и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники прыжка в длину, обучение технике метания малого мяча.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Изучение нового материала.

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивная площадка.

**Инвентарь**: свисток, секундомер.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №1

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Бег 1000 м



Подвижная игра «Салки»

Одного игрока выбирают «акулой» (или «пиратом»). Остальные дети – «моряки». Задача «моряков» – убежать от «акулы», а «акула» хочет их поймать. На площадке чертят несколько небольших кругов – «островов». Стоящий на «острове» «моряк» находится в безопасности – его нельзя осалить. Вместо нарисованных кругов можно использовать в роли «островов» естественные камни или оборудование детской площадки – качели, скамейки и т.п.

Формулирует задание, осуществляет контроль.

Старт и стартовый разгон.

По команде «На старт!» бегун занимает исходное положение у стартовой линии.

После команды «Марш!» или выстрела стартера спортсмен активно начинает бег.

В беге на средние и длинные дистанции бегуны обычно в конце выполняют финишный бросок или спурт, длина которого в среднем достигает 150 — 200 м в зависимости от дистанции и потенциальных возможностей бегуна.

Помогает учащимся корректировать и исправлять ошибки. Контролирует технику безопасности.

Ведущий не имеет права салить игроков, находящихся на «острове».

На одном «острове» может помещаться только один «моряк».

Для того чтобы игрока нельзя было осалить, он должен стоять на «острове» сразу двумя ногами.

Нельзя долго стоять на одном «острове», нужно покинуть его, досчитав максимум до десяти.

Пойманный «акулой» «моряк» меняется с ней ролями.

Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняют упражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

.

***Познавательные:*** Закрепление техники выполнения прыжка в длину с разбега.

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа.

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать, за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромиссы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 5 класса № 11

**Раздел программы:** Легкая атлетика

**Тема**: Бег на средние дистанции.

**Цель:** Развитие интереса к лёгкой атлетике и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники прыжка в длину, обучение технике метания малого мяча.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Совершенствования.

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивная площадка.

**Инвентарь**: свисток, секундомер.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №1

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Бег 1000 м на результат



Подвижная игра «Салки маршем»

Участники находятся на площадке, у одного игрока мяч, который он гоняет ударами ноги и старается осалить им кого-нибудь из играющих. Они бегают, увертываются от мяча. Тот игрок, которого задел мяч, становится салкой, и игра продолжается. После игры отмечаются игроки, которые ни разу не были салкой.

Формулирует задание, осуществляет контроль.

Старт и стартовый разгон.

По команде «На старт!» бегун занимает исходное положение у стартовой линии.

После команды «Марш!» или выстрела стартера спортсмен активно начинает бег.

В беге на средние и длинные дистанции бегуны обычно в конце выполняют финишный бросок или спурт, длина которого в среднем достигает 150 — 200 м в зависимости от дистанции и потенциальных возможностей бегуна.

Помогает учащимся корректировать и исправлять ошибки. Контролирует технику безопасности.

В игре принимает участие весь класс.

Бросать все должны по сигналу. Счет ведут ведущие команд.

Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняют упражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

.

***Познавательные:*** Закрепление техники выполнения прыжка в длину с разбега.

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа.

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать, за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромиссы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 5 класса № 12

**Раздел программы:** Кроссовая подготовка

**Тема**: Бег по пересечённой местности, преодоление препятствий.

**Цель:** Развитие интереса к кроссовой подготовке и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники бега на длинные дистанции.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Совершенствования.

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивная площадка.

**Инвентарь**: свисток, секундомер.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №1

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Бег 10 минут



Подвижная игра «Невод»

Играющие выбирают рыбу. На голову ей надевают яркий платок или венок из цветов и помещают в центр хоровода, изображающего невод. На расстоянии 1,5–2 м от хоровода устанавливают четыре украшенных лентами шеста. Рыба, пробравшись сквозь невод (под руками играющих), бежит к одному из шестов. Игроки догоняют ее. Если рыбу не догнали и она спряталась за шестом, она остается рыбой, если поймают, то она возвращается в хоровод. Рыбой становится тот, кто ее догнал.

Формулирует задание, осуществляет контроль.

Старт и стартовый разгон.

По команде «На старт!» бегун занимает исходное положение у стартовой линии.

После команды «Марш!» или выстрела стартера спортсмен активно начинает бег.

В беге на средние и длинные дистанции бегуны обычно в конце выполняют финишный бросок или спурт, длина которого в среднем достигает 150 — 200 м в зависимости от дистанции и потенциальных возможностей бегуна.

Помогает учащимся корректировать и исправлять ошибки. Контролирует технику безопасности.

В игре принимает участие весь класс.

Игроку, выбегающему из-под невода, надо проявлять ловкость, а не силу. Разрывать круг нельзя.

Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняют упражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

.

***Познавательные:*** Закрепление техники выполнения бега

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа.

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать, за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромиссы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 5 класса № 13

**Раздел программы:** Кроссовая подготовка

**Тема**: Бег по пересечённой местности, преодоление препятствий.

**Цель:** Развитие интереса к кроссовой подготовке и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники бега на длинные дистанции.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Совершенствования.

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивная площадка.

**Инвентарь**: свисток, секундомер.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №1

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Бег 12 минут

Подвижная игра «Перебежка с выручкой»

По сигналу учителя игроки обеих команд начинают перебегать на сторону противника, стремясь завладеть городками, причём каждый за одну перебежку может взять только один городок и унести его на свою сторону. Каждому игроку разрешается не только брать городки противника, но и салить на своей половине площадки перебегающих с городками. Осаленный отдаёт городок тому, кто его осалил, и остаётся на месте в ожидании, когда его выручит, коснувшись рукой, игрок его команды. Взятый городок ставится на своё место. Вырученный игрок вступает в общую игру. Играют установленное время (10-15 мин).

Выигрывает команда, сумевшая перенести на свою сторону больше городков.

Формулирует задание, осуществляет контроль.

Старт и стартовый разгон.

По команде «На старт!» бегун занимает исходное положение у стартовой линии.

После команды «Марш!» или выстрела стартера спортсмен активно начинает бег.

В беге на длинные дистанции бегуны обычно в конце выполняют финишный бросок или спурт, длина которого в среднем достигает 150 — 200 м в зависимости от дистанции и потенциальных возможностей бегуна.

Помогает учащимся корректировать и исправлять ошибки. Контролирует технику безопасности.

В игре принимает участие весь класс.

Игру разрешается начинать строго по сигналу. 2. Игроков можно салить только на своей половине площадки.

Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняют упражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

.

***Познавательные:*** Закрепление техники выполнения бега

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа.

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать, за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромиссы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 5 класса № 14

**Раздел программы:** Кроссовая подготовка

**Тема**: Бег по пересечённой местности, преодоление препятствий.

**Цель:** Развитие интереса к кроссовой подготовке и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники бега на длинные дистанции.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Совершенствования.

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивная площадка.

**Инвентарь**: свисток, секундомер.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №1

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Бег 12 минут

Подвижная игра «Паровозики»

Ребята разделяются на две команды. В каждой из них игроки должны выбрать «машиниста» «паровозика», остальные становятся «вагонами». «Машинисты» встают впереди, а («вагончики») участники, выстраиваются за ними в цепочку, взяв друг друга за талию. По сигналу ведущего «паровозики» должны двинуться в путь, причем «машинисту» надо выбрать такую скорость, чтобы одновременно и преодолеть все препятствия, не потеряв ни одного «вагончика», И перегнать соперничающий с ним «состав».  
Побеждает «машинист», сумевший успешнее провести свой «паровозик» по сложной дистанции. Он впоследствии и становится ведущим. Продолжительность игры и число игроков не ограничиваются.

Формулирует задание, осуществляет контроль.

Старт и стартовый разгон.

По команде «На старт!» бегун занимает исходное положение у стартовой линии.

После команды «Марш!» или выстрела стартера спортсмен активно начинает бег.

В беге на длинные дистанции бегуны обычно в конце выполняют финишный бросок или спурт, длина которого в среднем достигает 150 — 200 м в зависимости от дистанции и потенциальных возможностей бегуна.

Помогает учащимся корректировать и исправлять ошибки. Контролирует технику безопасности.

В игре принимает участие весь класс.

Игру разрешается начинать строго по сигналу.

Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняют упражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

.

***Познавательные:*** Закрепление техники выполнения бега

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа.

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать, за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромиссы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 5 класса № 15

**Раздел программы:** Кроссовая подготовка

**Тема**: Бег по пересечённой местности, преодоление препятствий.

**Цель:** Развитие интереса к кроссовой подготовке и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники бега на длинные дистанции.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Совершенствования.

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивная площадка.

**Инвентарь**: свисток, секундомер.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №1

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Бег 15 минут

Преодоление препятствий

Подвижная игра «Бег к флажкам»

По сигналу игроки быстро подбегают к флажкам и стараются собрать их как можно больше. Через установленное время по команде дети возвращаются на места, быстро строятся в шеренгу. Капитаны собирают и подсчитывают флажки, принесённые их игроками. За каждый флажок начисляется одно очко.

Побеждает команда, набравшая больше очков.

Формулирует задание, осуществляет контроль.

Старт и стартовый разгон.

По команде «На старт!» бегун занимает исходное положение у стартовой линии.

После команды «Марш!» или выстрела стартера спортсмен активно начинает бег.

В беге на длинные дистанции бегуны обычно в конце выполняют финишный бросок или спурт, длина которого в среднем достигает 150 — 200 м в зависимости от дистанции и потенциальных возможностей бегуна.

Преодоление вертикальных и горизонтальных препятствий

Лабиринт, бревно, баллоны, барьеры, забор.

Помогает учащимся корректировать и исправлять ошибки. Контролирует технику безопасности.

В игре принимает участие весь класс.

Игру разрешается начинать строго по сигналу.

 1. Во время перебежки игроку разрешается собирать любое количество флажков, лежащих на земле. 2. Запрещается отнимать флажки друг у друга. 3. За линии, ограничивающие место для флажков, заступать нельзя. 4. Капитаны команд играют на равных правах со всеми.

Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняют упражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

.

***Познавательные:*** Закрепление техники выполнения бега

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа.

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать, за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромиссы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 5 класса № 16

**Раздел программы:** Кроссовая подготовка

**Тема**: Бег по пересечённой местности, преодоление препятствий.

**Цель:** Развитие интереса к кроссовой подготовке и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники бега на длинные дистанции.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Совершенствования.

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивная площадка.

**Инвентарь**: свисток, секундомер.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №1

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Бег 15 минут

Преодоление препятствий

Подвижная игра «Вызов номера»

Играющие рассчитываются по порядку номеров в каждой колонне - команде. Руководитель вызывает игроков по номерам, чередуя их по своему усмотрению. Каждый раз прибежавшему к финишу первым записывается выигрышное очко.

Побеждает команда, набравшая большее количество победных очков.

Формулирует задание, осуществляет контроль.

Старт и стартовый разгон.

По команде «На старт!» бегун занимает исходное положение у стартовой линии.

После команды «Марш!» или выстрела стартера спортсмен активно начинает бег.

В беге на длинные дистанции бегуны обычно в конце выполняют финишный бросок или спурт, длина которого в среднем достигает 150 — 200 м в зависимости от дистанции и потенциальных возможностей бегуна.

Преодоление вертикальных и горизонтальных препятствий

Лабиринт, бревно, баллоны, барьеры, забор.

Помогает учащимся корректировать и исправлять ошибки. Контролирует технику безопасности.

В игре принимает участие весь класс.

Игру разрешается начинать строго по сигналу.

Если играющие стоят в шеренгах, то их можно поставить в положение высокого или низкого старта, и из этого положения они должны выбегать по вызову руководителя. 2. Если игрок нарушает правила, у его команды вычитается очко. Это правило рекомендуется применять начиная с 3-го класса, когда учащиеся познакомятся с низким стартом.

Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняют упражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

.

***Познавательные:*** Закрепление техники выполнения бега

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа.

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать, за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромиссы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 5 класса № 17

**Раздел программы:** Кроссовая подготовка

**Тема**: Бег по пересечённой местности, преодоление препятствий.

**Цель:** Развитие интереса к кроссовой подготовке и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники бега на длинные дистанции.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Совершенствования.

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивная площадка.

**Инвентарь**: свисток, секундомер.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №1

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

Текущий

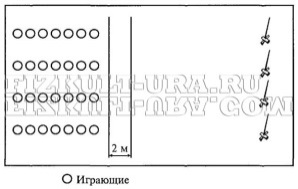
Операционно-исполнительский этап 23 мин

Бег 15 минут

Преодоление препятствий

Подвижная игра «Команда быстроногих»

Каждый игрок, находящийся на старте, держит палочку. Добежав до стойки, он три раза ударяет ею о стойку или об пол и возвращается обратно. Пробежав линию старта, игрок отдаёт палочку следующему.



Формулирует задание, осуществляет контроль.

Старт и стартовый разгон.

По команде «На старт!» бегун занимает исходное положение у стартовой линии.

После команды «Марш!» или выстрела стартера спортсмен активно начинает бег.

В беге на длинные дистанции бегуны обычно в конце выполняют финишный бросок или спурт, длина которого в среднем достигает 150 — 200 м в зависимости от дистанции и потенциальных возможностей бегуна.

Преодоление вертикальных и горизонтальных препятствий

Лабиринт, бревно, баллоны, барьеры, забор.

Помогает учащимся корректировать и исправлять ошибки. Контролирует технику безопасности.

В игре принимает участие весь класс.

1. Нельзя выбегать и переступать линию старта до сигнала руководителя. 2. Обегать предмет можно только справа, не касаясь его руками. 3. При беге с палочкой обязательно ударить ею три раза о предмет или об пол, громко считая. 4. Вернувшись, надо встать в конец своей колонны.

Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняют упражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

.

***Познавательные:*** Закрепление техники выполнения бега

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа.

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать, за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромиссы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 5 класса № 18

**Раздел программы:** Кроссовая подготовка

**Тема**: Бег по пересечённой местности, преодоление препятствий.

**Цель:** Развитие интереса к кроссовой подготовке и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники бега на длинные дистанции.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Совершенствования.

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивная площадка.

**Инвентарь**: свисток, секундомер.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №1

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Бег 17 минут

Преодоление препятствий

Подвижная игра «Через кочки и пенёчки»

Формулирует задание, осуществляет контроль.

Бег в гору.

Старт и стартовый разгон.

По команде «На старт!» бегун занимает исходное положение у стартовой линии.

После команды «Марш!» или выстрела стартера спортсмен активно начинает бег.

В беге на длинные дистанции бегуны обычно в конце выполняют финишный бросок или спурт, длина которого в среднем достигает 150 — 200 м в зависимости от дистанции и потенциальных возможностей бегуна.

Преодоление вертикальных и горизонтальных препятствий

Лабиринт, бревно, баллоны, барьеры, забор.

Помогает учащимся корректировать и исправлять ошибки. Контролирует технику безопасности.

В игре принимает участие весь класс.

По команде к стартовой линии выходят по одному игроку от каждой команды. По команде «Марш!» они пробегают по кочкам и пенечкам, не пропуская ни одной и не заступая за их границы (или перескакивают через набивные мячи), а затем возвращаются обратно. Возвратившийся первым получает одно очко. Затем пробегают вторые номера и т. д. Выигрывает команда, набравшая большее количество очков.

Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняют упражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

.

***Познавательные:*** Закрепление техники выполнения бега

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа.

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать, за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромиссы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 5 класса № 19

**Раздел программы:** Кроссовая подготовка

**Тема**: Бег по пересечённой местности, преодоление препятствий.

**Цель:** Развитие интереса к кроссовой подготовке и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники бега на длинные дистанции.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Комбинированный.

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивная площадка.

**Инвентарь**: свисток, секундомер.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №1

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Бег 17 минут

Преодоление препятствий

Подвижная игра «Разведчики и часовые» Играющие делятся на две команды - "разведчиков" и "часовых" - и выстраиваются вдоль двух противоположный сторон площадки на расстоянии 18-20 м одна от другой. В трёх шагах перед шеренгами проводится линия, а в середине в очерченный кружок кладётся волейбольный мяч.

Формулирует задание, осуществляет контроль.

Бег в гору.

Старт и стартовый разгон.

По команде «На старт!» бегун занимает исходное положение у стартовой линии.

После команды «Марш!» или выстрела стартера спортсмен активно начинает бег.

В беге на длинные дистанции бегуны обычно в конце выполняют финишный бросок или спурт, длина которого в среднем достигает 150 — 200 м в зависимости от дистанции и потенциальных возможностей бегуна.

Преодоление вертикальных и горизонтальных препятствий

Лабиринт, бревно, баллоны, барьеры, забор.

Помогает учащимся корректировать и исправлять ошибки. Контролирует технику безопасности.

В игре принимает участие весь класс.

Игроки в командах рассчитываются по порядку номеров. Задача команды "разведчиков" - унести мяч за свою линию, задача игроков другой команды - воспрепятствовать этому.

Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняют упражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

.

***Познавательные:*** Закрепление техники выполнения бега

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа.

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать, за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромиссы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 5 класса № 20

**Раздел программы:** Кроссовая подготовка

**Тема**: Бег по пересечённой местности, преодоление препятствий.

**Цель:** Развитие интереса к кроссовой подготовке и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники бега на длинные дистанции.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Учётный.

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивная площадка.

**Инвентарь**: свисток, секундомер.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №1

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Бег по пересечённой местности 2 км без учёта времени

Подвижная игра «Пятнашки маршем» Играющие делятся на две команды 

Формулирует задание, осуществляет контроль.

Бег в гору.

Старт и стартовый разгон.

По команде «На старт!» бегун занимает исходное положение у стартовой линии.

После команды «Марш!» или выстрела стартера спортсмен активно начинает бег.

В беге на длинные дистанции бегуны обычно в конце выполняют финишный бросок или спурт, длина которого в среднем достигает 150 — 200 м в зависимости от дистанции и потенциальных возможностей бегуна.

Помогает учащимся корректировать и исправлять ошибки. Контролирует технику безопасности.

В игре принимает участие весь класс.

Две команды располагаются в шеренгах на противоположных сторонах спортивного зала (площадки) за обозначенными линиями. Одна команда идет маршем (шеренгой) в направлении другой. Когда марширующие находятся на расстоянии 3-5 м друг от друга, т.е. от линии противника, учитель внезапно подает сигнал, по которому наступающие убегают за свою линию, а игроки команды противника стараются их осалить до линии. Затем команды меняются ролями. Побеждает команда, осалившая большее количество игроков команды противника.

Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняют упражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

.

***Познавательные:*** Закрепление техники выполнения бега

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа.

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать, за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромиссы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 5 класса № 21

**Раздел программы:** Гимнастика

**Тема**: Висы. Строевые упражнения.

**Цель:** Развитие интереса к гимнастике и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Изучение нового материала.

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивный зал.

**Инвентарь**: свисток, гимнастические маты, перекладина.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

-по диагонали

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №2

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Инструктаж по Т/Б

Значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

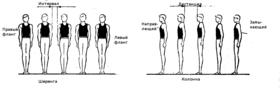
Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

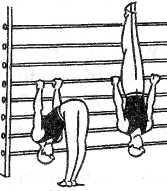
Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Строевая подготовка



Висы на гимнастической перекладине



Подвижная игра «Запрещённое движение» Играющие делятся на две команды

Формулирует задание, осуществляет контроль.

-Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением.

-Вис согнувшись (м)

-Вис прогнувшись (м)

Из виса стоя сзади согнувшись толчком ног перейти в вис прогнувшись. Руки абсолютно

прямые, затылок, спина, ноги и пятки касаются стенки. Голова отклонена назад.

-Смешанные висы (д)

Преподаватель перед строем показывает ряд простых общеразвивающих упражнений, которые дети повторяют за ним. Перед игрой договариваются об одном или двух «запрещенных движениях», которые нельзя выполнять, хотя преподаватель может их показывать (например, руки на пояс, упор присев). Совершивший ошибку выбывает из игры.

Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняют упражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

.

***Познавательные:*** Закрепление техники

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа.

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать, за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромиссы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 5 класса № 22-25

**Раздел программы:** Гимнастика

**Тема**: Висы. Строевые упражнения.

**Цель:** Развитие интереса к гимнастике и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Комплексный.

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивный зал.

**Инвентарь**: свисток, гимнастические маты, перекладина.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

-по диагонали

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №2

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Инструктаж по Т/Б

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

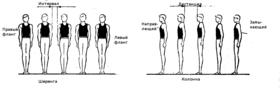
Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

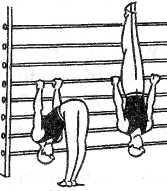
Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Строевая подготовка



Висы на гимнастической перекладине



Подвижная игра

-«Светофор»

-«Фигуры»

-«Верёвочка под ногами»

-«Прыжок за прыжком»

Формулирует задание, осуществляет контроль.

-Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением.

-Вис согнувшись (м)

-Вис прогнувшись (м)

Из виса стоя сзади согнувшись толчком ног перейти в вис прогнувшись. Руки абсолютно

прямые, затылок, спина, ноги и пятки касаются стенки. Голова отклонена назад.

-Смешанные висы (д)

Играющие делятся на две команды Совершивший ошибку, выбывает из игры.

Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняют упражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

.

***Познавательные:*** Закрепление техники

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа.

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать, за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромиссы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 5 класса № 26

**Раздел программы:** Гимнастика

**Тема**: Висы. Строевые упражнения.

**Цель:** Развитие интереса к гимнастике и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Учётный.

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивный зал.

**Инвентарь**: свисток, гимнастические маты, перекладина.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

-по диагонали

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №2

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Инструктаж по Т/Б

Значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

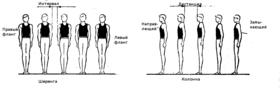
Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

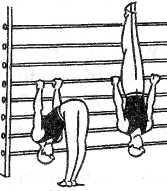
Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Строевая подготовка



Висы на гимнастической перекладине



Формулирует задание, осуществляет контроль.

-Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением.

-Вис согнувшись (м)

-Вис прогнувшись (м)

Из виса стоя сзади согнувшись толчком ног перейти в вис прогнувшись. Руки абсолютно

прямые, затылок, спина, ноги и пятки касаются стенки. Голова отклонена назад.

-Смешанные висы (д)

Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняют упражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

.

***Познавательные:*** Закрепление техники

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа.

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать, за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромиссы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 5 класса № 27

**Раздел программы:** Гимнастика

**Тема**: Опорный прыжок. Строевые упражнения.

**Цель:** Развитие интереса к гимнастике и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Изучение нового материала.

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивный зал.

**Инвентарь**: свисток, гимнастические маты, гимнастический козёл, перекладина.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

-по диагонали

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №2

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

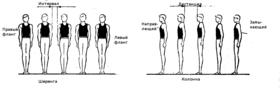
Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

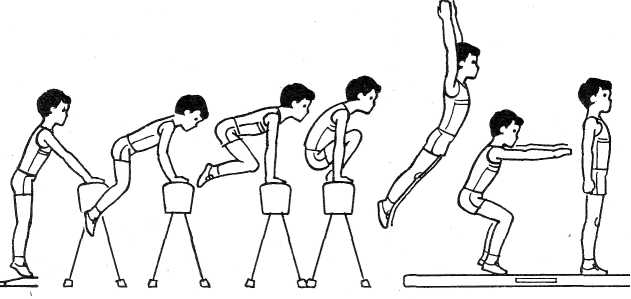
Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Строевая подготовка



Опорный прыжок через гимнастического коня (*козёл в ширину, высота 100-110 см*)



Подвижная игра «Удочка»

Формулирует задание, осуществляет контроль.

-Перестроение из колонны по два в колонну по одному с разведением и слиянием по восемь человек в движении.

-Вскок в упор присев.

-Соскок прогнувшись

Опереться руками о снаряд, выполнить 2-3 прыжка на месте, затем, оттолкнувшись ногами от мостика, прийти в упор присев на снаряде. Не задерживаясь в упоре присев, оттолкнуться вверх руками от козла, прогнуться, руки вверх наружу и сохранить такое положение до приземления.

Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняют упражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

.

***Познавательные:*** Закрепление техники

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа.

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать, за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромиссы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 5 класса № 28

**Раздел программы:** Гимнастика

**Тема**: Опорный прыжок. Строевые упражнения.

**Цель:** Развитие интереса к гимнастике и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Комплексный.

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный, поточный.

**Место проведения:**спортивный зал.

**Инвентарь**: свисток, гимнастические маты, гимнастический козёл, перекладина.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

-по диагонали

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №2

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

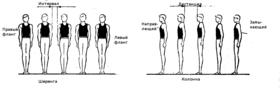
Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

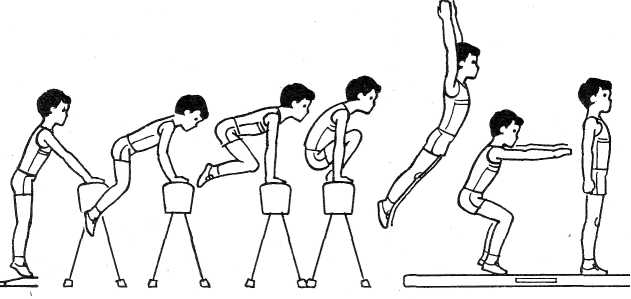
Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Строевая подготовка



Опорный прыжок через гимнастического коня (*козёл в ширину, высота 100-110 см*)



Подвижная игра «Прыжки по полоскам»

Формулирует задание, осуществляет контроль.

-Перестроение из колонны по два в колонну по одному с разведением и слиянием по восемь человек в движении.

-Вскок в упор присев.

-Соскок прогнувшись

Опереться руками о снаряд, выполнить 2-3 прыжка на месте, затем, оттолкнувшись ногами от мостика, прийти в упор присев на снаряде. Не задерживаясь в упоре присев, оттолкнуться вверх руками от козла, прогнуться, руки вверх наружу и сохранить такое положение до приземления.

Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняют упражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

.

***Познавательные:*** Закрепление техники

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа.

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать, за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромиссы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 5 класса № 29-31

**Раздел программы:** Гимнастика

**Тема**: Опорный прыжок. Строевые упражнения.

**Цель:** Развитие интереса к гимнастике и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Комплексный.

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивный зал.

**Инвентарь**: свисток, гимнастические маты, гимнастический козёл, перекладина.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

-по диагонали

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №2

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

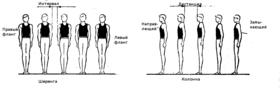
Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

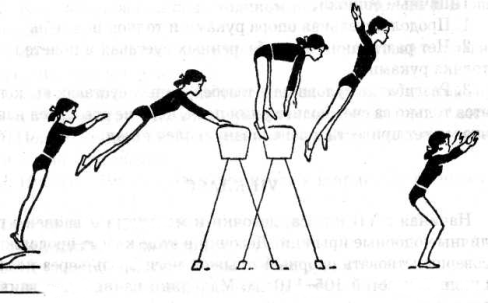
Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Строевая подготовка



Опорный прыжок через гимнастического коня (*козёл в ширину, высота 100-110 см*)



Подвижная игра «Кто обгонит?»

«Прыгуны и пятнышки»

«Удочка»

Формулирует задание, осуществляет контроль.

-Перестроение из колонны по два в колонну по одному с разведением и слиянием по восемь человек в движении.

-прыжок ноги врозь

После толчка ногами о мостик надо потянуться руками к опоре, поставить на нее руки, согнуться в тазобедренных суставах и развести ноги, при отталкивании разогнуться и выполнить приземление. Толчок руками должен заканчиваться к моменту прохождения плеч над руками. Разгибание туловища после толчка руками выполняется за счет поднимания плечевого пояса вверх, прогибания тела и поднимания головы.

Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняют упражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

.

***Познавательные:*** Закрепление техники

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа.

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать, за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромиссы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 5 класса № 32

**Раздел программы:** Гимнастика

**Тема**: Опорный прыжок. Строевые упражнения.

**Цель:** Развитие интереса к гимнастике и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Учётный.

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивный зал.

**Инвентарь**: свисток, гимнастические маты, гимнастический козёл, перекладина.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

-по диагонали

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №2

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

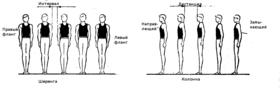
Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

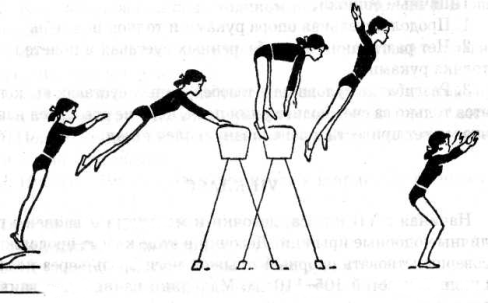
Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Строевая подготовка



Опорный прыжок через гимнастического коня (*козёл в ширину, высота 100-110 см*)



Подвижная игра «Кто обгонит?»

Формулирует задание, осуществляет контроль.

-Перестроение из колонны по два в колонну по одному с разведением и слиянием по восемь человек в движении.

-прыжок ноги врозь на технику исполнения

После толчка ногами о мостик надо потянуться руками к опоре, поставить на нее руки, согнуться в тазобедренных суставах и развести ноги, при отталкивании разогнуться и выполнить приземление. Толчок руками должен заканчиваться к моменту прохождения плеч над руками. Разгибание туловища после толчка руками выполняется за счет поднимания плечевого пояса вверх, прогибания тела и поднимания головы.

Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняют упражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

.

***Познавательные:*** Закрепление техники

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа.

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать, за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромиссы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 5 класса № 33

**Раздел программы:** Гимнастика

**Тема**: Акробатика.

**Цель:** Развитие интереса к гимнастике и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Изучение нового материала.

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивный зал.

**Инвентарь**: свисток, гимнастические маты.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

-по диагонали

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №2

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

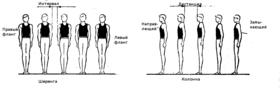
Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

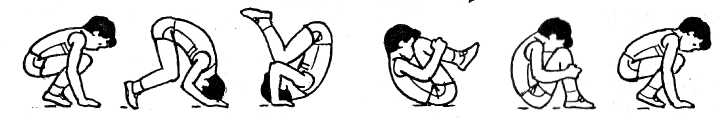
Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Строевая подготовка



Акробатические упражнения



Эстафеты

Формулирует задание, осуществляет контроль.

-Повороты на месте

-Кувырки вперёд

Из упора присев (с опорой руками впереди стоп на 30-40 см), выпрямляя ноги, перенести массу тела на руки. Сгибая руки и наклоняя голову вперед, оттолкнуться ногами и, переворачиваясь через голову, сделать перекат на шею и лопатки. Опираясь лопатками о пол, резко согнуть ноги и взять группировку. Заканчивая кувырок, принять упор присев.

Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняют упражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

.

***Познавательные:*** Закрепление техники

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа.

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать, за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромиссы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 5 класса № 34

**Раздел программы:** Гимнастика

**Тема**: Акробатика.

**Цель:** Развитие интереса к гимнастике и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Комплексный.

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивный зал.

**Инвентарь**: свисток, гимнастические маты.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

-по диагонали

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №2

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

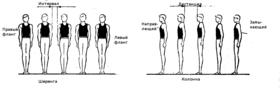
Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

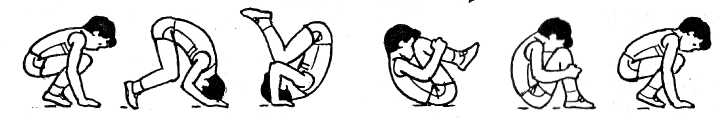
Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Строевая подготовка



Акробатические упражнения



Подвижная игра «Два лагеря»

Формулирует задание, осуществляет контроль.

-Повороты на месте

-Кувырки вперёд

Из упора присев (с опорой руками впереди стоп на 30-40 см), выпрямляя ноги, перенести массу тела на руки. Сгибая руки и наклоняя голову вперед, оттолкнуться ногами и, переворачиваясь через голову, сделать перекат на шею и лопатки. Опираясь лопатками о пол, резко согнуть ноги и взять группировку. Заканчивая кувырок, принять упор присев.

Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняют упражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

.

***Познавательные:*** Закрепление техники

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа.

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать, за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромиссы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 5 класса № 35-36

**Раздел программы:** Гимнастика

**Тема**: Акробатика.

**Цель:** Развитие интереса к гимнастике и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Комплексный.

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивный зал.

**Инвентарь**: свисток, гимнастические маты.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

-по диагонали

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №2

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

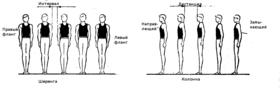
Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

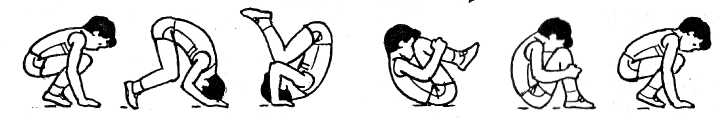
Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Строевая подготовка



Акробатические упражнения



Подвижная игра «Смена капитана»

«Бездомный заяц»

Формулирует задание, осуществляет контроль.

-Повороты на месте

-Кувырки вперёд

Из упора присев (с опорой руками впереди стоп на 30-40 см), выпрямляя ноги, перенести массу тела на руки. Сгибая руки и наклоняя голову вперед, оттолкнуться ногами и, переворачиваясь через голову, сделать перекат на шею и лопатки. Опираясь лопатками о пол, резко согнуть ноги и взять группировку. Заканчивая кувырок, принять упор присев.

Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняют упражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

.

***Познавательные:*** Закрепление техники

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа.

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать, за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромиссы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 5 класса № 37-38

**Раздел программы:** Гимнастика

**Тема**: Акробатика.

**Цель:** Развитие интереса к гимнастике и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Комплексный, учётный.

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивный зал.

**Инвентарь**: свисток, гимнастические маты.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

-по диагонали

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №2

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

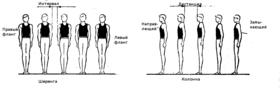
Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

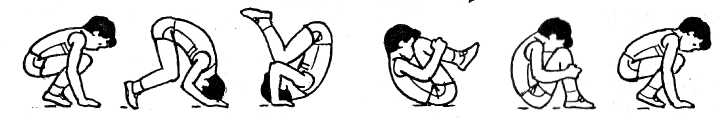
Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Строевая подготовка



Акробатические упражнения





Подвижная игра «Смена капитана»

«Бездомный заяц»

Формулирует задание, осуществляет контроль.

-Повороты на месте

-Повороты в движении

-Кувырки вперёд

Из упора присев (с опорой руками впереди стоп на 30-40 см), выпрямляя ноги, перенести массу тела на руки. Сгибая руки и наклоняя голову вперед, оттолкнуться ногами и, переворачиваясь через голову, сделать перекат на шею и лопатки. Опираясь лопатками о пол, резко согнуть ноги и взять группировку. Заканчивая кувырок, принять упор присев.

-Стойка на лопатках

Из упора присев, взявшись руками за середину голени, выполнить перекат назад. В конце переката, коснувшись пола лопатками, упереться руками в поясницу и, разогнув ноги, выполнить стойку на лопатках. Туловище должно быть прямым, локти широко не разводить.

Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняют упражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

.

***Познавательные:*** Закрепление техники

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа.

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать, за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромиссы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

Технологическая карта урока по физической культуре для 5 класса (ФГОС)

**Тема**: Закрепление техники прыжка в длину способом «согнув ноги» с 7-9 шагов разбега, обучение технике метания малого мяча в горизонтальную цель (1\*1) с 5-6 м.

**Цель:**

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники прыжка в длину с места, обучение технике метания малого мяча в горизонтальную цель (1\*1) с 5-6 м.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровье обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные ):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации .

**Воспитательные з** (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: комбинированный, обучающий.

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивная площадка

**Инвентарь**: шнур, теннисные мячи, волейбольный мяч.

**Этап урока**

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-**

**действия**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный

12 мин

1.Построение, приветствие.

Подготовка к изучаемому материалу.

- Сегодня на уроке мы будем вспоминать то, что мы уже умеем и знакомиться с новым видом двигательных действий. Для начала посмотрите предметы с какими вы сегодня будете работать. В одной руке у меня (учитель показывает)…

Дети: «Рулетка».

-Значит мы будем продолжать закреплять технику…

Дети: «Прыжка в длину с разбега».

-А в другой (учитель показывает)…

Дети: «Теннисный мяч».

-Значит мы будем сегодня…

Дети: «Метать».

-Правильно, мы будем метать, но в горизонтальную цель.

Давайте назовем тему урока.

Для чего нужно обучаться технике прыжков в длину с разбега и метанию мяча в горизонтальную цель?

- С чего необходимо начинать урок?

Дети: «С разминки»

- Для чего необходимо проводить разминку в начале урока?

Дети: «Чтобы подготовить организм к предстоящей работе».

-Молодцы! Итак, начнем с разминки.

2..Медленный бег

3.Разновидности ходьбы:

-обычная;

-на носках;

-на пятках;

-спиной вперед;

-обычная.

4. СБУв чередовании с ходьбой:

-с высоким подниманием бедра

-с захлестывание6м голени

-многоскоки

-ускорение

5. ОРУ

-И.п.-о.с. наклон головы вперед, назад, вправо, влево.

-И.п.- ст. ноги врозь, руки в стороны.  
1-4 вращение в кистевом суставе;  
5-8 вращение в локтевом суставе;  
9-12 вращение в плечевом суставе

-И.п.-ст. ноги врозь, руки перед грудью.  
1-2 отведение согнутых рук назад;  
3-4 отведение прямых рук назад. 

-И.п.- ст.ноги врозь, руки к плечам.  
1- наклон к правой ноге;  
2- наклон вперед;  
3- наклон к левой ноге;  
4- и.п. 

-И.п.- ст. ноги врозь, руки впередвверх.  
1.скрестный мах левой;2.и.п. 3.скрестный мах правой;4.и.п.

-И.п.- выпад вперед на левой, руки на колене.  
1-2 пружинистые приседания на левой;  
3-4 пружинистые приседания на правой.   
  
-И.п- ст. ноги врозь, руки за спину  
1-4 прыжки на правой, левую в сторону;  
5-8 прыжки на левой, правую в сторону.

-Дыхательные упр.

-Мы подготовили организм к основной работе. Давайте вспомним чем мы будем заниматься.

Чему вы хотели бы научиться?

Дети: «Хорошо прыгать и метать».

-Молодцы! Те кто хорошо освоит задания, может помочь своим друзьям!

Удачи!!!

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений разработанный освобожденным учащимся (Д/з).

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия.

Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Самоконтроль, текущий.

Текущий

Операционно-исполнительский 28 мин

4. Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги» с 7-9 шагов разбега

* Прыжок с 5-7 шагов разбега с акцентом на постановку ноги на место отталкивания;
* Прыжок через резиновый шнур на высоте 30 см;
* Прыжок с 7-9 шагов разбега

5.Метание малого мяча в горизонтальную цель цель.

* объяснение выполнения метания – основные фазы;
* метание мяча в горизонтальную цель (обруч на полу, работа в парах);

6.Игра «Попади в обруч»

Обратить внимание при приземлении на постановку ног на опору с пятки

Требовать акцентированного отталкивания стопой, предельного разгибания толчковой ноги, энергичного выноса бедра маховой ноги вверх - вперед, в сочетании с работой рук.

Следить за полетом в положении «шага» над шнуром**.** Обратить внимание на уход после приземления.

В процессе выполнения допущенные ошибки являются д/з (для каждого индивидуально)

Разделить на отделения.Следить за правильным отведением метающей руки, за захватом снаряда.

Не опускать голову вниз в момент выпуска снаряда, активно выполнять хлестообразное движение кистью метающей руки в финальном усилии.

Обруч на полу, работа впарах цель расположена на расстоянии 3-4, 5-6 м от линии метания.

Класс делится на две команды(по половому признаку или по степени физической подготовленности), выстраиваются в колонны лицом друг к другу на расстоянии 5-6 м одна от другой.В руках у направляющего одной из команд волейбольный мяч В центре между группами ассистент из числа освобожденных держит обруч. По сигналу направляющий бросает мяч в обруч первому номеру второй команды, а сам перебегает в конец своей колонны. Игрок поймавший мяч бросает его обратно и становится в конец своей колонны и т.д. Если игрок не попал в обруч, он повторяет бросок. Игра заканчивается когда мяч вновь окажется у начинавшего игру.

Выполняют задания.

Дети которые не могут выполнить данное упр. отрабатывают технику отдельных элементов..

Определяют метающую руку.

Выполняют задание Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Слушают. Выполняют.Обсуждают.

Групповая, индивидуальная

Овладение навыками выполнения прыжков с разбега, добросовестное выполнение учебных заданий, стремление к освоению знаний и умений.

Овладение навыками изучаемого двигательного действия в изменяющихся внешних условиях

Определить эффективную модель прыжка в длину с разбега

Описывать технику метания, осваивать ее самостоятельно с выявлением и устранением ошибок.

Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного выполнения упр-й. соблюдать правила безопасности.

Применение освоенных двигательных действий в игровой деятельности.

Текущий

Рефлексивно-оценочный 5 мин.

7.Построение.

8. Беседа   
- Ребята, кто не смог справиться с заданиями? С какими?

-А кто считает, что справился с поставленными задачами урока?

-С помощью каких навыков и умений вы справились с заданиями?

-Над чем необходимо поработать еще?

9.«Прости меня»

10.Подведение итогов. Оценки.

Д/З выполнение упражнений на развитие координационных способностей

11. Перед .коллективным выходом из зала просьба к детям:

-Ребята, прежде чем вы покинете занятие я вас попрошу каждого на листочке нарисовать смайлик грустный или веселый.

С их помощью вы оцените свою работу на уроке  
*Спасибо за урок!*

11.Коллективный выход из зала

Провести построение.

Провести беседу.

Предложить детям попросить прощение друг у друга. Вначале просит учитель, всегда можно найти за что.

Отметить всех учеников. Указать за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Приготовить листки, фломастеры. Образцы смайликов.

Дети анализируют и объективно оценивать результаты собственной деятельности

Дети просят прощение друг у друга.

Адекватно воспринимать оценку

Дети рисуют смайлики.

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

**План-конспект урока по физической культуре для 6 класса №1**

**Раздел программы:** Легкая атлетика

**Тема**: Спринтерский бег, эстафетный бег

**Цель:** Развитие интереса к лёгкой атлетике и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники спринтерского бега, обучение технике эстафетного бега

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные ):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Вводный.

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивная площадка.

**Инвентарь**: свисток, секундомер, эстафетные палочки.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №1

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

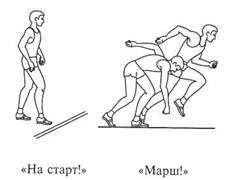
Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

Текущий

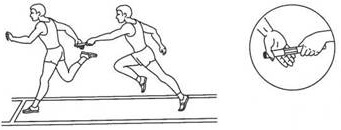
Операционно-исполнительский этап 23 мин

Высокий старт *(до 15-30 м)*



Бег с ускорением *(40-50 м)* из различных исходных положений

Встречная эстафета.



Основные положения бегуна по командам «На старт!»; «Внимание!» «Марш!» и особенности стартового разгона. Обратить внимание на работу рук, активное выталкивание, сохранение наклона и своевременное выпрямление туловища с переходом на бег по дистанции.

По мере освоения техники выполнения высокого старта стартовые отрезки удлиняются, а скорость их пробегания увеличивается

В процессе выполнения допущенные ошибки являются д/з (для каждого индивидуально)

Знакомство с техникой эстафетного бега. Техника передачи эстафетной палочки. Техника старта на этапах эстафетного бега.

Выполняют задания.

Дети которые не могут выполнить данное упр. отрабатывают технику отдельных элементов..

Выполняют задание.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Слушают. Выполняют. Обсуждают.

Групповая, индивидуальная

Овладение навыками выполнения бега, добросовестное выполнение учебных заданий, стремление к освоению знаний и умений.

Овладение навыками изучаемого двигательного действия в изменяющихся внешних условиях

Определить эффективную модель бега

Описывать технику старта, осваивать ее самостоятельно с выявлением и устранением ошибок.

Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного выполнения упражнений, соблюдать правила безопасности.

Применение освоенных двигательных действий в игровой деятельности.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа .

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромисы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

**План-конспект урока по физической культуре для 6 класса №2**

**Раздел программы:** Легкая атлетика

**Тема**: Спринтерский бег, эстафетный бег

**Цель:** Развитие интереса к лёгкой атлетике и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники спринтерского бега, обучение технике эстафетного бега

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные ):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Комбинированный.

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивная площадка.

**Инвентарь**: свисток, секундомер, эстафетные палочки.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №1

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

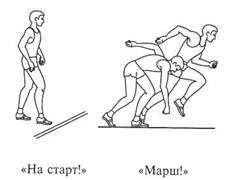
Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Высокий старт *(до 15-30 м)*

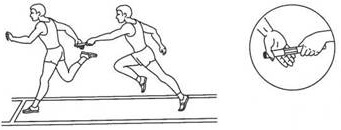


Бег с ускорением *(40-50 м)*



из различных исходных положений

Встречная эстафета.



Основные положения бегуна по командам «На старт!»; «Внимание!» «Марш!» и особенности стартового разгона. Обратить внимание на работу рук, активное выталкивание, сохранение наклона и своевременное выпрямление туловища с переходом на бег по дистанции.

По мере освоения техники выполнения высокого старта стартовые отрезки удлиняются, а скорость их пробегания увеличивается

В процессе выполнения допущенные ошибки являются д/з (для каждого индивидуально)

Знакомство с техникой эстафетного бега. Техника передачи эстафетной палочки. Техника старта на этапах эстафетного бега.

Выполняют задания.

Дети которые не могут выполнить данное упр. отрабатывают технику отдельных элементов..

Выполняют задание.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Слушают. Выполняют. Обсуждают.

Групповая, индивидуальная

Овладение навыками выполнения бега, добросовестное выполнение учебных заданий, стремление к освоению знаний и умений.

Овладение навыками изучаемого двигательного действия в изменяющихся внешних условиях

Определить эффективную модель бега

Описывать технику старта, осваивать ее самостоятельно с выявлением и устранением ошибок.

Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного выполнения упражнений, соблюдать правила безопасности.

Применение освоенных двигательных действий в игровой деятельности.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа .

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромисы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

**План-конспект урока по физической культуре для 6 класса №3**

**Раздел программы:** Легкая атлетика

**Тема**: Спринтерский бег, эстафетный бег

**Цель:** Развитие интереса к лёгкой атлетике и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники спринтерского бега, обучение технике эстафетного бега

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные ):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Совершенствования

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивная площадка.

**Инвентарь**: свисток, секундомер, эстафетные палочки.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №1

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

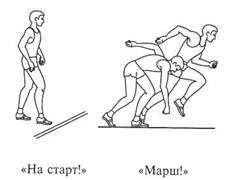
Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Высокий старт *(до 15-30 м)*



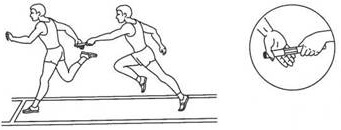
Бег с ускорением *(40-50 м)*



из различных исходных положений

Финиширование

Встречная эстафета.



Основные положения бегуна по командам «На старт!»; «Внимание!» «Марш!» и особенности стартового разгона. Обратить внимание на работу рук, активное выталкивание, сохранение наклона и своевременное выпрямление туловища с переходом на бег по дистанции.

По мере освоения техники выполнения высокого старта стартовые отрезки удлиняются, а скорость их пробегания увеличивается

В процессе выполнения допущенные ошибки являются д/з (для каждого индивидуально)

Рассказ о способах и значении финиширования и их демонстрация

Знакомство с техникой эстафетного бега. Техника передачи эстафетной палочки. Техника старта на этапах эстафетного бега.

Выполняют задания.

Дети которые не могут выполнить данное упр. отрабатывают технику отдельных элементов..

Выполняют задание.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Слушают. Выполняют. Обсуждают.

Групповая, индивидуальная

Овладение навыками выполнения бега, добросовестное выполнение учебных заданий, стремление к освоению знаний и умений.

Овладение навыками изучаемого двигательного действия в изменяющихся внешних условиях

Определить эффективную модель бега

Описывать технику старта, осваивать ее самостоятельно с выявлением и устранением ошибок.

Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного выполнения упражнений, соблюдать правила безопасности.

Применение освоенных двигательных действий в игровой деятельности.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа .

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромисы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

**План-конспект урока по физической культуре для 6 класса № 4**

**Раздел программы:** Легкая атлетика

**Тема**: Спринтерский бег, эстафетный бег

**Цель:** Развитие интереса к лёгкой атлетике и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники спринтерского бега, обучение технике эстафетного бега

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные ):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Совершенствования

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивная площадка.

**Инвентарь**: свисток, секундомер, эстафетные палочки.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №1

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

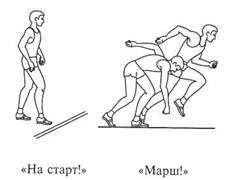
Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Высокий старт *(до 15-30 м)*



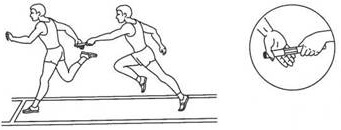
Бег с ускорением *(3х50 м)*



из различных исходных положений

Финиширование

Встречная эстафета.



Основные положения бегуна по командам «На старт!»; «Внимание!» «Марш!» и особенности стартового разгона. Обратить внимание на работу рук, активное выталкивание, сохранение наклона и своевременное выпрямление туловища с переходом на бег по дистанции.

По мере освоения техники выполнения высокого старта стартовые отрезки удлиняются, а скорость их пробегания увеличивается

В процессе выполнения допущенные ошибки являются д/з (для каждого индивидуально)

Рассказ о способах и значении финиширования и их демонстрация

Знакомство с техникой эстафетного бега. Техника передачи эстафетной палочки. Техника старта на этапах эстафетного бега.

Выполняют задания.

Дети которые не могут выполнить данное упр. отрабатывают технику отдельных элементов..

Выполняют задание.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Слушают. Выполняют. Обсуждают.

Групповая, индивидуальная

Овладение навыками выполнения бега, добросовестное выполнение учебных заданий, стремление к освоению знаний и умений.

Овладение навыками изучаемого двигательного действия в изменяющихся внешних условиях

Определить эффективную модель бега

Описывать технику старта, осваивать ее самостоятельно с выявлением и устранением ошибок.

Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного выполнения упражнений, соблюдать правила безопасности.

Применение освоенных двигательных действий в игровой деятельности.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа .

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромисы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 6 класса № 5

**Раздел программы:** Легкая атлетика

**Тема**: Спринтерский бег, эстафетный бег

**Цель:** Развитие интереса к лёгкой атлетике и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники спринтерского бега, обучение технике эстафетного бега

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные ):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Контрольный

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивная площадка.

**Инвентарь**: свисток, секундомер, эстафетные палочки.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №1

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Правила соревнований в спринтерском беге.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

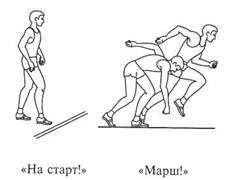
Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

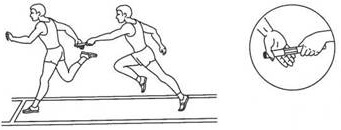
Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Бег *(60 м) на результат*



Встречная эстафета.



Основные положения бегуна по командам «На старт!»; «Внимание!» «Марш!» и особенности стартового разгона. По мере освоения техники выполнения высокого старта стартовые отрезки удлиняются, а скорость их пробегания увеличивается.

В процессе выполнения допущенные ошибки являются д/з (для каждого индивидуально)

Техника передачи эстафетной палочки. Техника старта на этапах эстафетного бега.

Выполняют задания.

Дети которые не могут выполнить данное упр. отрабатывают технику отдельных элементов..

Выполняют задание.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Слушают. Выполняют. Обсуждают.

Групповая, индивидуальная

Овладение навыками выполнения бега, добросовестное выполнение учебных заданий, стремление к освоению знаний и умений.

Овладение навыками изучаемого двигательного действия в изменяющихся внешних условиях

Определить эффективную модель бега

Описывать технику старта, осваивать ее самостоятельно с выявлением и устранением ошибок.

Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного выполнения упражнений, соблюдать правила безопасности.

Применение освоенных двигательных действий в игровой деятельности.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа .

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромисы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 6 класса № 6

**Раздел программы:** Легкая атлетика

**Тема**: Прыжок в длину способом «согнув ноги». Метание малого мяча.

**Цель:** Развитие интереса к лёгкой атлетике и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники прыжков в длину, обучение технике метания мяча.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные ):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Комбинированный

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивная площадка.

**Инвентарь**: свисток, секундомер, рулетка.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №1

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Терминология прыжков в длину

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Прыжки в длину с разбега с 7-9 шагов

Метание малого мяча в горизонтальную цель (1\*1м) с 8-10 м.

Формулирует задание, осуществляет контроль.

Даёт команду построиться перед прыжковой ямой.

*Проводит подготовительные упражнения:*

\* многократные прыжки на двух ногах, через линию(гимнастическую палку)

\* выпрыгивание из глубокого приседа и полуприседа толчком двух ног,

\* прыжок в длину с места толчком одной ноги при активном махе второй.*(Повторить 4–6 раз.)*

Обратить внимание на выпрямление ног и туловища.

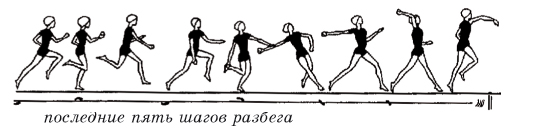
Выполнение прыжка с небольшого разбега.

Объясняет технику выполнения. Формулирует задание, обеспечивает мотивацию выполнения, осуществляет индивидуальный контроль.

\*прыжок в длину с разбега

Выполнение прыжка.

Помогает учащимся корректировать и исправлять ошибки. Контролирует технику безопасности.



Правила игры: 1. Бросать мячи можно только по сигналу руководителя. 2. При броске заходить за стартовую черту нельзя. Бросок зашедшего за черту не засчитывается.

Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняютупражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся

Слушают. Выполняют. Обсуждают.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

.

***Познавательные:*** Закрепление техники выполнения прыжка в длину с разбега.

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа .

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромисы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 6 класса № 7

**Раздел программы:** Легкая атлетика

**Тема**: Прыжок в длину способом «согнув ноги». Метание малого мяча.

**Цель:** Развитие интереса к лёгкой атлетике и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники прыжков в длину, обучение технике метания мяча.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные ):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Комбинированный

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивная площадка.

**Инвентарь**: свисток, секундомер, рулетка.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №1

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Терминология метания

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Прыжки в длину с разбега с 7-9 шагов

Метание малого мяча на заданное расстояние

Формулирует задание, осуществляет контроль.

Даёт команду построиться перед прыжковой ямой.

*Проводит подготовительные упражнения:*

\* многократные прыжки на двух ногах, через линию(гимнастическую палку)

\* выпрыгивание из глубокого приседа и полуприседа толчком двух ног,

\* прыжок в длину с места толчком одной ноги при активном махе второй.*(Повторить 4–6 раз.)*

Обратить внимание на выпрямление ног и туловища.

Выполнение прыжка с небольшого разбега.

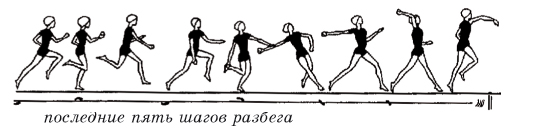
Объясняет технику выполнения. Формулирует задание, обеспечивает мотивацию выполнения, осуществляет индивидуальный контроль.

\*приземление

\*прыжок в длину с разбега

Выполнение прыжка.

Помогает учащимся корректировать и исправлять ошибки. Контролирует технику безопасности.



Правила игры: 1. Бросать мячи можно только по сигналу руководителя. 2. При броске заходить за стартовую черту нельзя. Бросок зашедшего за черту не засчитывается.

Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняютупражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся

Слушают. Выполняют. Обсуждают.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

.

***Познавательные:*** Закрепление техники выполнения прыжка в длину с разбега.

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа .

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромисы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 6 класса № 8

**Раздел программы:** Легкая атлетика

**Тема**: Прыжок в длину способом «согнув ноги». Метание малого мяча.

**Цель:** Развитие интереса к лёгкой атлетике и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники прыжков в длину, обучение технике метания мяча.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные ):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Комбинированный

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивная площадка.

**Инвентарь**: свисток, секундомер, рулетка.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №1

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Правила соревнований в прыжках

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Прыжки в длину с разбега с 7-9 шагов

Метание малого мяча на заданное расстояние

Формулирует задание, осуществляет контроль.

Даёт команду построиться перед прыжковой ямой.

*Проводит подготовительные упражнения:*

\* многократные прыжки на двух ногах, через линию(гимнастическую палку)

\* выпрыгивание из глубокого приседа и полуприседа толчком двух ног,

\* прыжок в длину с места толчком одной ноги при активном махе второй.*(Повторить 4–6 раз.)*

Обратить внимание на выпрямление ног и туловища.

Выполнение прыжка с небольшого разбега.

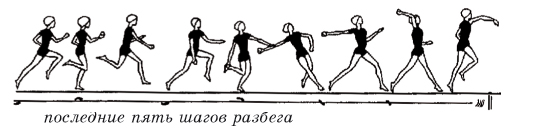
Объясняет технику выполнения. Формулирует задание, обеспечивает мотивацию выполнения, осуществляет индивидуальный контроль.

\*приземление

\*прыжок в длину с разбега

Выполнение прыжка.

Помогает учащимся корректировать и исправлять ошибки. Контролирует технику безопасности.



Правила игры: 1. Бросать мячи можно только по сигналу руководителя. 2. При броске заходить за стартовую черту нельзя. Бросок зашедшего за черту не засчитывается.

Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняютупражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся

Слушают. Выполняют. Обсуждают.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

.

***Познавательные:*** Закрепление техники выполнения прыжка в длину с разбега.

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа .

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромисы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 6 класса № 9

**Раздел программы:** Легкая атлетика

**Тема**: Прыжок в длину способом «согнув ноги». Метание малого мяча.

**Цель:** Развитие интереса к лёгкой атлетике и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники прыжков в длину, обучение технике метания мяча.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные ):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Учётный

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивная площадка.

**Инвентарь**: свисток, секундомер, рулетка.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №1

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Правила соревнований в метании

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Прыжки в длину с разбега с 7-9 шагов

Метание малого мяча на заданное расстояние

Формулирует задание, осуществляет контроль.

Даёт команду построиться перед прыжковой ямой.

*Проводит подготовительные упражнения:*

\* многократные прыжки на двух ногах, через линию

\* выпрыгивание из глубокого приседа и полуприседа толчком двух ног,

\* прыжок в длину с места толчком одной ноги при активном махе второй.*(Повторить 4–6 раз.)*

Обратить внимание на выпрямление ног и туловища.

Выполнение прыжка с небольшого разбега.

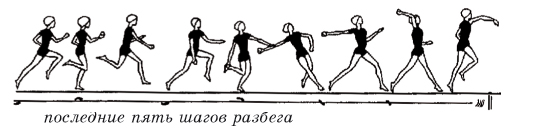
Объясняет технику выполнения. Формулирует задание, обеспечивает мотивацию выполнения, осуществляет индивидуальный контроль.

\*приземление

\*прыжок в длину с разбега

Выполнение прыжка на результат.

Помогает учащимся корректировать и исправлять ошибки. Контролирует технику безопасности.



Правила игры: 1. Бросать мячи можно только по сигналу руководителя. 2. При броске заходить за стартовую черту нельзя. Бросок зашедшего за черту не засчитывается.

Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняютупражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся

Слушают. Выполняют. Обсуждают.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

.

***Познавательные:*** Закрепление техники выполнения прыжка в длину с разбега.

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа .

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромисы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 6 класса № 10

**Раздел программы:** Легкая атлетика

**Тема**: Бег на средние дистанции.

**Цель:** Развитие интереса к лёгкой атлетике и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники прыжка в длину, обучение технике метания малого мяча.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Комбинированный.

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивная площадка.

**Инвентарь**: свисток, секундомер.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №1

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Бег 1000 м



Подвижная игра «Невод»

Формулирует задание, осуществляет контроль.

Старт и стартовый разгон.

По команде *«На старт!»* бегун занимает исходное положение у стартовой линии.

После команды *«Марш!»* или выстрела стартера спортсмен активно начинает бег.

В беге на средние и длинные дистанции бегуны обычно в конце выполняют финишный бросок или спурт, длина которого в среднем достигает 150 — 200 м в зависимости от дистанции и потенциальных возможностей бегуна.

Помогает учащимся корректировать и исправлять ошибки. Контролирует технику безопасности.

Стараться осалить убегающих, уплывающих, увертывающихся от водящего. Но одному водить недолго придется: тот, кого он осалил, тоже принимается ловить других вместе с ним. Ловцов становится все больше. Вот их стало пятеро — теперь они должны не просто осалить каждого оставшегося, а взять его в кольцо. Но тот может спастись, если поднырнет под руки водящих. И тогда те двое, которые его опустили, выходят из воды на берег. Невод распался.  
Игра продолжается до тех пор, пока есть кого ловить. Тот, кто продержался дольше всех, — молодец.

Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняют упражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

.

***Познавательные:*** Закрепление техники выполнения прыжка в длину с разбега.

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа.

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать, за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромиссы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 6 класса № 11

**Раздел программы:** Легкая атлетика

**Тема**: Бег на средние дистанции.

**Цель:** Развитие интереса к лёгкой атлетике и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники прыжка в длину, обучение технике метания малого мяча.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Комбинированный.

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивная площадка.

**Инвентарь**: свисток, секундомер.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №1

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Бег 1000 м на результат



Подвижная игра «Невод»

Формулирует задание, осуществляет контроль.

Старт и стартовый разгон.

По команде *«На старт!»* бегун занимает исходное положение у стартовой линии.

После команды *«Марш!»* или выстрела стартера спортсмен активно начинает бег.

В беге на средние и длинные дистанции бегуны обычно в конце выполняют финишный бросок или спурт, длина которого в среднем достигает 150 — 200 м в зависимости от дистанции и потенциальных возможностей бегуна.

Помогает учащимся корректировать и исправлять ошибки. Контролирует технику безопасности.

Стараться осалить убегающих, уплывающих, увертывающихся от водящего. Но одному водить недолго придется: тот, кого он осалил, тоже принимается ловить других вместе с ним. Ловцов становится все больше. Вот их стало пятеро — теперь они должны не просто осалить каждого оставшегося, а взять его в кольцо. Но тот может спастись, если поднырнет под руки водящих. И тогда те двое, которые его опустили, выходят из воды на берег. Невод распался.  
Игра продолжается до тех пор, пока есть кого ловить. Тот, кто продержался дольше всех, — молодец.

Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняют упражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

.

***Познавательные:*** Закрепление техники выполнения прыжка в длину с разбега.

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа.

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать, за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромиссы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 6 класса № 12

**Раздел программы:** Кроссовая подготовка

**Тема**: Бег по пересечённой местности, преодоление препятствий.

**Цель:** Развитие интереса к кроссовой подготовке и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники бега на длинные дистанции.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Комбинированный

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивная площадка.

**Инвентарь**: свисток, секундомер, футбольные мячи.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №1

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Терминология кроссового бега

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Бег 12 минут



Преодоление препятствий

Спортивная игра «мини-футбол»

Формулирует задание, осуществляет контроль.

Старт и стартовый разгон.

По команде *«На старт!»* бегун занимает исходное положение у стартовой линии.

После команды *«Марш!»* или выстрела стартера спортсмен активно начинает бег.

В беге на средние и длинные дистанции бегуны обычно в конце выполняют финишный бросок или спурт, длина которого в среднем достигает 150 — 200 м в зависимости от дистанции и потенциальных возможностей бегуна.

Преодоление вертикальных и горизонтальных препятствий

Лабиринт, бревно, баллоны, барьеры, забор.

Помогает учащимся корректировать и исправлять ошибки. Контролирует технику безопасности.

В игре принимает участие весь класс.

Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняют упражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

***Познавательные:*** Закрепление техники выполнения бега

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа.

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать, за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромиссы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 6 класса № 13

**Раздел программы:** Кроссовая подготовка

**Тема**: Бег по пересечённой местности, преодоление препятствий.

**Цель:** Развитие интереса к кроссовой подготовке и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники бега на длинные дистанции.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Совершенствования

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивная площадка.

**Инвентарь**: свисток, секундомер, футбольные мячи.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №1

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Бег 14 минут



Преодоление препятствий

Спортивная игра «мини-футбол»

Формулирует задание, осуществляет контроль.

Старт и стартовый разгон.

По команде *«На старт!»* бегун занимает исходное положение у стартовой линии.

После команды *«Марш!»* или выстрела стартера спортсмен активно начинает бег.

В беге на средние и длинные дистанции бегуны обычно в конце выполняют финишный бросок или спурт, длина которого в среднем достигает 150 — 200 м в зависимости от дистанции и потенциальных возможностей бегуна.

Преодоление вертикальных и горизонтальных препятствий

Лабиринт, бревно, баллоны, барьеры, забор.

Помогает учащимся корректировать и исправлять ошибки. Контролирует технику безопасности.

В игре принимает участие весь класс.

Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняют упражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

***Познавательные:*** Закрепление техники выполнения бега

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа.

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать, за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромиссы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 6 класса № 14-15

**Раздел программы:** Кроссовая подготовка

**Тема**: Бег по пересечённой местности, преодоление препятствий.

**Цель:** Развитие интереса к кроссовой подготовке и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники бега на длинные дистанции.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Совершенствования

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивная площадка.

**Инвентарь**: свисток, секундомер, футбольные мячи.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №1

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Бег 15-16 минут



Преодоление препятствий

Спортивная игра «мини-футбол»

Формулирует задание, осуществляет контроль.

Старт и стартовый разгон.

По команде *«На старт!»* бегун занимает исходное положение у стартовой линии.

После команды *«Марш!»* или выстрела стартера спортсмен активно начинает бег.

В беге на средние и длинные дистанции бегуны обычно в конце выполняют финишный бросок или спурт, длина которого в среднем достигает 150 — 200 м в зависимости от дистанции и потенциальных возможностей бегуна.

Преодоление вертикальных и горизонтальных препятствий

Лабиринт, бревно, баллоны, барьеры, забор.

Помогает учащимся корректировать и исправлять ошибки. Контролирует технику безопасности.

В игре принимает участие весь класс.

Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняют упражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

***Познавательные:*** Закрепление техники выполнения бега

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа.

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать, за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромиссы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 6 класса № 13

**Раздел программы:** Кроссовая подготовка

**Тема**: Бег по пересечённой местности, преодоление препятствий.

**Цель:** Развитие интереса к кроссовой подготовке и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники бега на длинные дистанции.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Совершенствования

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивная площадка.

**Инвентарь**: свисток, секундомер, футбольные мячи.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №1

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Бег 14 минут



Преодоление препятствий

Спортивная игра «мини-футбол»

Формулирует задание, осуществляет контроль.

Старт и стартовый разгон.

По команде *«На старт!»* бегун занимает исходное положение у стартовой линии.

После команды *«Марш!»* или выстрела стартера спортсмен активно начинает бег.

В беге на средние и длинные дистанции бегуны обычно в конце выполняют финишный бросок или спурт, длина которого в среднем достигает 150 — 200 м в зависимости от дистанции и потенциальных возможностей бегуна.

Преодоление вертикальных и горизонтальных препятствий

Лабиринт, бревно, баллоны, барьеры, забор.

Помогает учащимся корректировать и исправлять ошибки. Контролирует технику безопасности.

В игре принимает участие весь класс.

Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняют упражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

***Познавательные:*** Закрепление техники выполнения бега

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа.

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать, за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромиссы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 6 класса № 16-17

**Раздел программы:** Кроссовая подготовка

**Тема**: Бег по пересечённой местности, преодоление препятствий.

**Цель:** Развитие интереса к кроссовой подготовке и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники бега на длинные дистанции.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Совершенствования

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивная площадка.

**Инвентарь**: свисток, секундомер, футбольные мячи.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №1

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Бег 17 минут



Преодоление препятствий

Спортивная игра «мини-футбол»

Формулирует задание, осуществляет контроль.

Бег под гору, в гору, по песку.

Старт и стартовый разгон.

По команде *«На старт!»* бегун занимает исходное положение у стартовой линии.

После команды *«Марш!»* или выстрела стартера спортсмен активно начинает бег.

В беге на средние и длинные дистанции бегуны обычно в конце выполняют финишный бросок или спурт, длина которого в среднем достигает 150 — 200 м в зависимости от дистанции и потенциальных возможностей бегуна.

Преодоление вертикальных и горизонтальных препятствий

Лабиринт, бревно, баллоны, барьеры, забор.

Помогает учащимся корректировать и исправлять ошибки. Контролирует технику безопасности.

В игре принимает участие весь класс.

Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняют упражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

***Познавательные:*** Закрепление техники выполнения бега

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа.

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать, за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромиссы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 6 класса № 18-19

**Раздел программы:** Кроссовая подготовка

**Тема**: Бег по пересечённой местности, преодоление препятствий.

**Цель:** Развитие интереса к кроссовой подготовке и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники бега на длинные дистанции.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Совершенствования

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивная площадка.

**Инвентарь**: свисток, секундомер, футбольные мячи.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №1

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Бег 18 минут



Преодоление препятствий

Спортивная игра «мини-футбол»

Формулирует задание, осуществляет контроль.

Бег по пересечённой местности.

Старт и стартовый разгон.

По команде *«На старт!»* бегун занимает исходное положение у стартовой линии.

После команды *«Марш!»* или выстрела стартера спортсмен активно начинает бег.

В беге на средние и длинные дистанции бегуны обычно в конце выполняют финишный бросок или спурт, длина которого в среднем достигает 150 — 200 м в зависимости от дистанции и потенциальных возможностей бегуна.

Преодоление вертикальных и горизонтальных препятствий

Лабиринт, бревно, баллоны, барьеры, забор.

Помогает учащимся корректировать и исправлять ошибки. Контролирует технику безопасности.

В игре принимает участие весь класс.

Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняют упражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

***Познавательные:*** Закрепление техники выполнения бега

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа.

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать, за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромиссы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 6 класса № 20

**Раздел программы:** Кроссовая подготовка

**Тема**: Бег по пересечённой местности, преодоление препятствий.

**Цель:** Развитие интереса к кроссовой подготовке и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники бега на длинные дистанции.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей.

**Развивающие** (метапредметные):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Учётный

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивная площадка.

**Инвентарь**: свисток, секундомер.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №1

Провести построение, проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Бег 2000 м



Формулирует задание, осуществляет контроль.

Старт и стартовый разгон.

По команде *«На старт!»* бегун занимает исходное положение у стартовой линии.

После команды *«Марш!»* или выстрела стартера спортсмен активно начинает бег.

В беге на средние и длинные дистанции бегуны обычно в конце выполняют финишный бросок или спурт, длина которого в среднем достигает 150 — 200 м в зависимости от дистанции и потенциальных возможностей бегуна.

Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняют упражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

***Познавательные:*** Закрепление техники выполнения бега

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа.

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать, за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромиссы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 6 класса № 21

**Раздел программы:** Гимнастика

**Тема**: Висы. Строевые упражнения.

**Цель:** Развитие интереса к гимнастике и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники строевых упражнений и висов.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств.

**Развивающие** (метапредметные):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Изучение нового материала

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный.

**Место проведения:**спортивный зал.

**Инвентарь**: свисток, гимнастические маты, перекладина.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

-по диагонали

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №2

Провести построение, проверить готовность к уроку, провести инструктаж по Т/Б, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

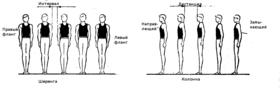
Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

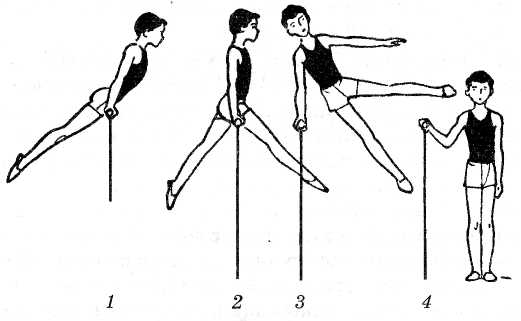
Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Строевая подготовка



Висы на гимнастической перекладине



Эстафеты

Формулирует задание, осуществляет контроль.

-Строевой шаг

-Размыкание и смыкание на месте

-Подъём переворотом в упор

-Вис лёжа(д)

-Вис присев(д)

-Сед ноги врозь(м)

-Кто быстрее

-Хоккей с мячом

-Мешки Гамми

-Змейка

-Мяч в обруч

-Прыжки со скакалкой

Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняют упражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

***Познавательные:*** Закрепление техники

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа.

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать, за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромиссы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 6 класса № 22-25

**Раздел программы:** Гимнастика

**Тема**: Висы. Строевые упражнения.

**Цель:** Развитие интереса к гимнастике и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники строевых упражнений и висов.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств.

**Развивающие** (метапредметные):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Совершенствования

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный. поточный.

**Место проведения:**спортивный зал.

**Инвентарь**: свисток, гимнастические маты, перекладина, параллельные брусья.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

-по диагонали

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №2

Провести построение, проверить готовность к уроку, провести инструктаж по Т/Б, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Значение гимнастических упражнений для развития силовых способностей

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

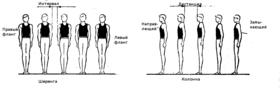
Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

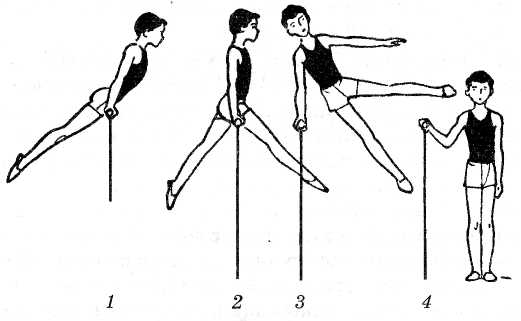
Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Строевая подготовка



Висы на гимнастической перекладине



Эстафеты

Формулирует задание, осуществляет контроль.

-Строевой шаг

-Размыкание и смыкание на месте

-Подъём переворотом в упор

-Вис лёжа(д)

-Вис присев(д)

-Сед ноги врозь(м)

-Кто быстрее

-Хоккей с мячом

-Мешки Гамми

-Змейка

-Мяч в обруч

-Прыжки со скакалкой

Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняют упражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

***Познавательные:*** Закрепление техники

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа.

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать, за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромиссы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 6 класса № 26

**Раздел программы:** Гимнастика

**Тема**: Висы. Строевые упражнения.

**Цель:** Развитие интереса к гимнастике и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники строевых упражнений и висов.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств.

**Развивающие** (метапредметные):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Учётный

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный, поточный.

**Место проведения:**спортивный зал.

**Инвентарь**: свисток, гимнастические маты, перекладина, параллельные брусья.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

-по диагонали

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №2

Провести построение, проверить готовность к уроку, провести инструктаж по Т/Б, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

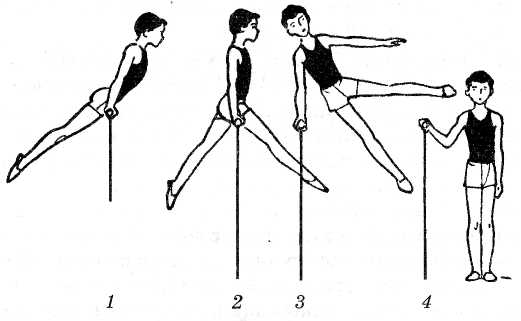
Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Висы на гимнастической перекладине



Эстафеты

Формулирует задание, осуществляет контроль.

Выполнение на технику

-Подъём переворотом в упор

-Вис лёжа(д)

-Вис присев(д)

-Сед ноги врозь(м)

-Подтягивание в висе

-Кто быстрее

-Хоккей с мячом

-Мешки Гамми

-Змейка

-Мяч в обруч

-Прыжки со скакалкой

Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняют упражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

***Познавательные:*** Закрепление техники

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа.

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать, за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромиссы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 6 класса № 27

**Раздел программы:** Гимнастика

**Тема**: Опорный прыжок, строевые упражнения.

**Цель:** Развитие интереса к гимнастике и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники строевых упражнений и висов.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств.

**Развивающие** (метапредметные):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Изучение нового материала.

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный, поточный.

**Место проведения:**спортивный зал.

**Инвентарь**: свисток, гимнастические маты, гимнастический козёл.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

-по диагонали

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №2

Провести построение, проверить готовность к уроку, провести инструктаж по Т/Б, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

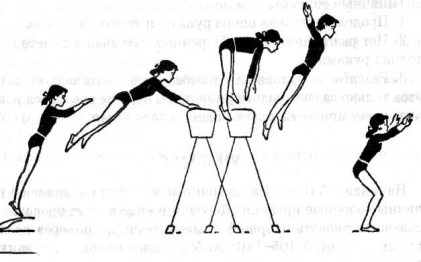
Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Опорный прыжок через гимнастического коня (*козёл в ширину, высота 100-110 см*)



Эстафеты

Формулирует задание, осуществляет контроль.

После толчка ногами о мостик надо потянуться руками к опоре, поставить на нее руки, согнуться в тазобедренных суставах и развести ноги, при отталкивании разогнуться и выполнить приземление. Толчок руками должен заканчиваться к моменту прохождения плеч над руками. Разгибание туловища после толчка руками выполняется за счет поднимания плечевого пояса вверх, прогибания тела и поднимания головы.

-Подтягивание в висе

-Кто быстрее

-Хоккей с мячом

-Мешки Гамми

-Змейка

-Мяч в обруч

-Прыжки со скакалкой

Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняют упражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

***Познавательные:*** Закрепление техники

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа.

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать, за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромиссы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

План-конспект урока по физической культуре для 6 класса № 28-31

**Раздел программы:** Гимнастика

**Тема**: Опорный прыжок, строевые упражнения.

**Цель:** Развитие интереса к гимнастике и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники строевых упражнений и висов.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств.

**Развивающие** (метапредметные):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: Совершенствования.

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный, поточный.

**Место проведения:**спортивный зал.

**Инвентарь**: свисток, гимнастические маты, гимнастический козёл.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

-по диагонали

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №2

Провести построение, проверить готовность к уроку, провести инструктаж по Т/Б, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

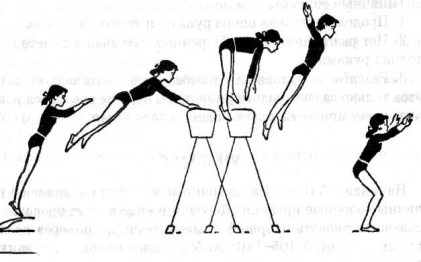
Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Опорный прыжок через гимнастического коня (*козёл в ширину, высота 100-110 см*)



Эстафеты

Формулирует задание, осуществляет контроль.

После толчка ногами о мостик надо потянуться руками к опоре, поставить на нее руки, согнуться в тазобедренных суставах и развести ноги, при отталкивании разогнуться и выполнить приземление. Толчок руками должен заканчиваться к моменту прохождения плеч над руками. Разгибание туловища после толчка руками выполняется за счет поднимания плечевого пояса вверх, прогибания тела и поднимания головы.

-Подтягивание в висе

-Кто быстрее

-Хоккей с мячом

-Мешки Гамми

-Змейка

-Мяч в обруч

-Прыжки со скакалкой

Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняют упражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

***Познавательные:*** Закрепление техники

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий

Рефлексивно-оценочный этап 5 мин.

Построение.

Беседа.

Подведение итогов. Оценки.

Д/З

*Спасибо за урок!*

Провести построение.

Провести беседу.

Отметить всех учеников. Указать, за что ставится такая оценка. Желательно указывать только положительные моменты.

Дети анализируют и объективно оценивают результаты собственной деятельности

Адекватно воспринимать оценку

Фронтальная.

Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты.

Овладение умением находить компромиссы.

Формирование умения оценивать свою работу на уроке

**План-конспект урока по физической культуре для 6 класса № 32**

**Раздел программы:** Гимнастика

**Тема**: Опорный прыжок, строевые упражнения.

**Цель:** Развитие интереса к гимнастике и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

**Задачи урока:**

**Образовательные**(предметные):

-Закрепление техники строевых упражнений и висов.

-Закрепление понятия двигательных действий.

-Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств.

**Развивающие** (метапредметные):

-Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

-Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.

-Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

**Воспитательные**  (личностные):

-Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств.

-Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

**Тип урока**: учётный.

**Метод проведения:** групповой, индивидуальный, поточный.

**Место проведения:**спортивный зал.

**Инвентарь**: свисток, гимнастические маты, гимнастический козёл.

Дата проведения:

**Обучающие и развивающие компоненты, задания и упр-я**

**Деятельность учителя**

**Деятельность учащихся**

**Формы взаимо-я**

**УУД**

**Виды контроля**

Ориентировочно-мотивационный этап 12 мин

Построение, приветствие, рапорт.

Подготовка к изучаемому материалу.

Ходьба

-обычная

-на носках, руки вверх

на пятках, руки за спину

не внешней, внутренней стороне стопы

задания на внимание по свистку учителя

Бег:

-медленный

-змейкой

-с захлестыванием голени

-с высоким подниманием бедра

-с изменением направления по свистку

-по диагонали

Ходьба (восстановление дыхания с помощью физического упражнения: руки вверх в стороны - вдох, руки вниз – выдох)

ОРУ №2

Провести построение, проверить готовность к уроку, провести инструктаж по Т/Б, создать эмоциональный настрой к изучению материала.

Наводящими вопросами вывести на задачи урока.

Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.

Осуществить контроль за проведением ОРУ

См. приложение

Обращать внимание на правильное выполнение упр-й (положение рук, ног, обращать внимание на осанку)

Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий.

Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного.

Слушают наводящие вопросы учителя, отвечают.

Формулируют тему урока.

Отвечают для чего это нужно.

Выполняют команды

Проводится комплекс упражнений .

Выполняют упр.

Вспоминают и формулируют задачи урока. Отвечают на вопрос.

Фронтальная

Групповая

Умение проявлять внимательность и дисциплинированность.

Формирование представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья,

извлекают необходимую информацию из рассказа учителя.

Формирование знаний о значении разминки.

Формирование умения реагировать на звуковые команды.

Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения

Уметь контролировать и оценивать свои действия. Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.

Формирование представления о дыхательных упражнениях как о средстве укрепления здоровья

Умение технически правильно выполнять двигательные действия.

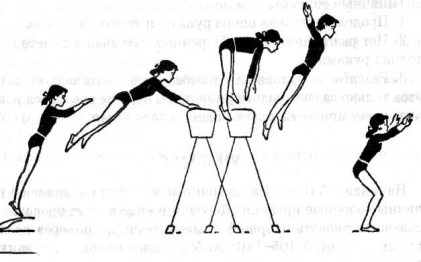
Формирование способности отбирать физические упр. по их направленности и составлять из них индивидуальные комплексы

Самоконтроль, текущий.

Текущий

Операционно-исполнительский этап 23 мин

Опорный прыжок через гимнастического коня на оценку (*козёл в ширину, высота 100-110 см*)



Формулирует задание, осуществляет контроль.

После толчка ногами о мостик надо потянуться руками к опоре, поставить на нее руки, согнуться в тазобедренных суставах и развести ноги, при отталкивании разогнуться и выполнить приземление. Толчок руками должен заканчиваться к моменту прохождения плеч над руками. Разгибание туловища после толчка руками выполняется за счет поднимания плечевого пояса вверх, прогибания тела и поднимания головы.

Выбирать более эффективные способы решения задач. Прогнозировать свою деятельность.

Слушают, выполняют упражнение

Договариваться о распределении функций и ролей совместной деятельности.

Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся.

Групповая, индивидуальная

***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя; осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ более подготовленного ученика.

***Познавательные:*** Закрепление техники

***Коммуникативные:*** умеют договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы; контролируют действия одноклассников при прыжках.

Текущий