|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Тема: Комплексы акробатических упражнений. | | **Школа: Макинская СШ** | | | | | | |
|  | | **Ф.И.О. Даренская О.А.** | | | | | | |
| **Класс: 9бкласс** | | **Количество присутствующих: 10** | | | | **Количество отсутствующих:** | | |
| **Цели обучения** | | Совершенствовать и обобщать комбинации движений и их последовательность при выполнении различных упражнений. | | | | | | |
| **Цели урока** | | **Все учащиеся будут уметь:** | | | | | | |
| Уметь выполнять общую разминку перед физическими занятиями.  Выполнять комплекс из 2-3 акробатических упражнений.  Демонстрировать компоненты техники выполнения акробатических упражнений. | | | | | | |
| **Большинство учащихся будут уметь:** | | | | | | |
| Уметь показать выполнение общей разминки перед физическими занятиями.  Выполнять комплекс 4-5 акробатических упражнений.  Демонстрировать их выполнения. | | | | | | |
| **Некоторые учащиеся будут уметь:** | | | | | | |
| Уметь проводить общую разминку перед физическими занятиями.  Выполнять комплекс из 5-6 акробатических упражнений. Демонстрировать комбинацию всех освоенных ранее изученных акробатических упражнений. | | | | | | |
| **Языковая цель** | | Учащиеся будут понимать важность физической деятельности и двигательной активности для здоровья; последовательность выполнение упражнения при выполнении зарядки, улучшат навыки выполнения элементов акробатики | | | | | | |
| **Предметная лексика и терминология:** | | | | | | |
| Двигательная деятельность, скрестный шаг, ходьба приставным шагом, шаги польки, гимнастический «мост», кувырок вперед и назад, равновесие, стойка на лопатках, гимнастические маты, координация движений, полушпагат, шведская стенка, страховка, | | | | | | |
| **Полезные фразы для диалога/письма:** группировка, перекат, осанка, грация | | | | | | |
| ***Вопросы для обсуждения:*** | | | | | | |
| Какие части тела и мышцы активны во время выполнения акробатических упражнений?  Какие двигательные навыки вы используете при выполнения комплекса акробатических упражнений?  Кто из учащихся выполнял лучше акробатический комплекс или отдельные упражнения? Почему? | | | | | | |
| ***Можете ли вы сказать, почему...?*** | | | | | | |
| Почему важно группироваться при выполнении кувырков вперед и назад?  Почему кто-то выполнил упражнение лучше?  Можете указать ошибки при выполнения упражнения стойки на лопатках? | | | | | | |
| **Предыдущее обучение** | | Совершенствовали кувырки вперед и назад, гимнастический мост лежа, стоя, у шведской стенки.  Выполняли стойку на лопатках | | | | | |
| **План** | | | | | | | |
| **Временные рамки** | **Запланированная деятельность** | | | | | | **Ресурсы** |
| **0-3 минуты**  **4-6**  **7-14**  **15-25**  **26-38**  **39-40** | Построение, обсуждается с учащимися, что такое взаимопонимание, правила работы в группах. Ознакомление с целями урока.  Строевые упражнения, ходьба без задания, с заданием, шаги польки, шаги приставные,  Разминочный бег, ОРУ в движении (под музыку)  Выполнять упражнения равновесия:  -на левой ноге, на правой ноге.  Выполнения кувырков вперед,  Выполнять кувырок назад.  Перестроение в пары:  Выполнения стойки на лопатках, кувырок назад в полушпагат.  Выполнения гимнастического моста из положения лежа , стоя, у шведской стенки.(страховка)  Выполнение комплексов акробатических упражнений,  (2-3 упражнения, равновесие, кувырок вперед, кувырок назад.)  **(**(4 -5 упражнения, равновесие, кувырок вперед, кувырок назад, перекат назад стойка на лопатках, кувырок назад в полушпагат)  (равновесие, кувырок вперед, кувырок назад, перекат назад стойка на лопатках, кувырок назад в полушпагат, упражнения гимнастический мост (лежа, стоя)  *(Задания по карточкам)*  Подъем переворотом в упор толчком двумя махом назад соскок.  Подъем переворотом в упор толчком двумя, переворот вперед в вис прогнувшись сзади, опускание в вис стоя, подъем переворотом в упор махом назад, соскок с поворотом 380  Метод круговой тренировки, выполнения специально-физических упражнений.  1)приседания, ноги на ширину плеч, руки за голову(10х3),  2)сгибания и разгибания рук в упоре лежа(10х3),  3)поднимания туловища, руки за голову, ноги согнуты в коленях под45 градусов(10х3)  **Размышления**Обратная связь, подведение итогов: определить вместе с учащимся ,кто лучше выполнил комплекс акробатических упражнений | | | | | | Муз.колонка  Гимнастические маты, свисток.  Шведская стенка. |
| **Дополнительная информация** | | | | | | | |
| **Дифференциация - как вы планируете оказать больше поддержки?**  **Какие задачи вы планируете поставить перед более способными учащимися?** | | | | **Оценивание - как вы планируете проверить уровень усвоения материала учащимися?** | **Междисциплинарные связи Проверка здоровья и безопасности**  **Связи с ИКТ**  **Связи с ценностями** | | |
| Быстро и четко принимать исходные положения в акробатических упражнений.  Проанализировать точность выполнения акробатических упражнений  **Для сильных учеников**  Выполнять с помощью и без помощи упражнения гимнастический мост. | | | | 1)Выполняет кувырки вперед и назад,  2)Выполняет стойку на лопатках и кувырок назад в полушпагат.  3)Выполняет гимнастический мост. Называет ошибки одноклассников. | Биология | | |
| **Рефлексия**  Были ли цели урока/учебные цели реалистичными?  Чему ученики научились сегод­ня?  Какой была атмосфера урока?  Хорошо ли сработал мой дифференцированный подход к работе?  Уложился ли я в график?  Какие изменения я хотел бы внести в свой план и почему? | | | **Используйте данный раздел для рефлексии урока. Ответьте на вопросы о вашем уроке из левой колонки.**  Учебные цели урока были реалистичными и реализованы.  Учащиеся научились сегод­ня на уроке умениям: выполнять акробатические упражнения в комплексе.  Атмосфера на уроке была светлой и позитивной.  Мой дифференцированный подход к работе по данной теме был использован в полном объеме.  В данном уроке вся работа выполнена на должном уровне уложен в график  Больше использовать на уроке ИКТ, чтобы учащиеся наглядно увидели технику выполнения акробатических упражнений. | | | | | |
| Общая оценка  **Какие два аспекта урока прошли хорошо (подумайте как о преподавании, так и об обучении)?**  1: Кувырок вперед и назад  2: Упражнения «мост» из положения лежа.  **Какие две вещи могли бы улучшить урок (подумайте как о преподавании, так и об обучении)?**  1: Демонстрация видеороликов. Применение ИКТ  2:Диалог с учащимся  **Что я узнал (а) о классе или отдельных учениках такого, что поможет мне подготовиться к следую­щему уроку?**  Индивидуальные особенности учащихся, физическую подготовленность. | | | | | | | | |