|  |  |
| --- | --- |
| 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.колонкаГимнастические 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 графикБольше 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 назад2: Упражнения «мост» из положения лежа.**Какие две вещи могли бы улучшить урок (подумайте как о преподавании, так и об обучении)?** 1: Демонстрация видеороликов. Применение ИКТ2: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. |