# Краткосрочный план урока физической культуры

|  |  |
| --- | --- |
| Раздел долгосрочного плана: Раздел 5. Здоровье и физические нагрузки | Школа:  |
| Дата: | ФИО учителя: |
| Класс: 3 класс | Количество присутствующих:  | отсутствующих: |
| Тема урока | Самоконтроль во время физических нагрузок |
| **Цели обучения** | 3.1.4.1. Обсуждать свои и чужие качества выполнения упражнений, определяя умения и недостатки |
| **Цели урока** | Учащиеся могут:● Демонстрировать навыки скользящего шага; ● Определить умения и недостатки при выполнении упражнений. |
| **Критерии оценивания** | Учащиеся:● Демонстрируют работу в группе;● Объективно оценивают себя и других при выполнении различных упражнений. |
| **Языковые цели** | **Учащиеся могут:**● Обсуждать, качество выполнения упражнений**Лексика и терминология, специфичная для предмета:**Самоконтроль, безопасность, движение, команда, умения и навыки, здоровье, разминка, учащение пульса, трудное дыхание, физические качества**Полезные выражения для диалогов и письма:**Можете ли вы сказать, почему так важно, восстанавливаться после физической активности?  |
| **Привитие ценностей**  | Привитие ценностей через уважение, трудолюбие и сотрудничество в групповой, парной работе и подвижных играх. |
| **Межпредметные связи** | Связь с предметом «Биология» через определение состояния организма после физических нагрузок |
| **Навыки использования ИКТ**  | ИКТ на уроке не предусмотрено |
| **Предварительные знания** | Учащиеся обладают предварительными знаниями о лыжных ходах, умеют выполнять общеразвивающие упражнения на лыжах |
| **Ход урока** |
| **Запланированные этапы урока** | **Запланированная деятельность на уроке** | **Ресурсы** |
| Начало урока0-33-77-11 | 1.Учитель приветствует класс. Знакомит учащихся с темой и целями урока. Напоминает о технике безопасности на открытых школьных площадках. 2.Учитель приветствует класс. Для организации учащихся на урок, проводит игру на внимание.Класс выстраивается в одну шеренгу. Учитель называет какое-либо положение рук, а сам показывает другое. Учащиеся принимают то положение, которое было названо вслух. Например, учитель говорит: «Руки вверх», – а сам поднимает их в стороны или ставит на пояс. Тот, кто ошибся, делает шаг вперед.3. Общеразвивающие упражнения на месте. Учащиеся делятся на две группы. Внутри группы каждый ученик демонстрирует по одному упражнению на лыжах. | Большое свободное пространствоСсылка на интернет-ресурс, подвижные игры:<https://infourok.ru/urok-organizacionnie-podvizhnie-igri-1757718.html> |
| Середина урока11-2222-35 | 1.Учащиеся подбирают лыжный инвентарь. Подвижная игра на лыжах «Все по местам».Все участники на лыжах с палками размещаются по большому кругу. Расстояние между лыжниками - 3-4 м. Один участник - водящий. Он становится на лыжах без палок в стороне от круга. Все медленно двигаются один за другим по кругу. Водящий подъезжает к ним и по своему выбору приглашает кого-нибудь: "За мной!" Приглашенный оставляет палки на месте, воткнув их в снег, и следует за водящим. Так постепенно водящий приглашает всех лыжников, и они двигаются за ним в колонне по одному. Водящий отводит колонну в сторону от круга, на котором остались воткнутые палки игроков. Неожиданно он подает команду: "Все по местам!" и лыжники стремятся быстрее возвратиться в круг и взяться за любые воткнутые палки. Водящий также занимает место у любых палок. Тот, кто останется без палок, становится водящим. 1. Лыжники идут за водящим только после приглашения. 2. Двигаясь за водящим в колонне, нельзя никого обгонять.*Дескрипторы:**- Соблюдают технику безопасности и правила игры;**- Демонстрируют технику скользящего шага.***Формативное оценивание.** Самооценивание. Учащиеся оценивают собственное участие в игре.Насколько сложно выполнять ускорение на лыжах? Учащается ли ваше дыхание после бега на лыжах? Почему? Какую пользу приносит бег на лыжах? | Большое свободное пространствоСсылка на интернет-ресурс, подвижные игры на лыжах:<https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2013/10/01/podvizhnye-igry-na-lyzhakh> |
| Конец урока35-40 | **Рефлексия.**Учащиеся вместе с учителем становятся в круг. Учащиеся продолжают фразу:Сегодня я узнал…Я бы изменил…У меня получилось хорошо…Я бы хотел улучшить… | Большое свободное пространство |
| **Дифференциация – каким образом Вы планируете оказать больше поддержки? Какие задачи Вы планируете поставить перед более способными учащимися?** | **Оценивание – как Вы планируете проверить уровень усвоения материала учащимися?** | **Здоровье и соблюдение техники безопасности** |
| Дифференциация:- В делении на группы. Учащиеся делятся по физическим способностям;- В вопросах высокого и низкого порядка. | 1.Метод наблюдения. Этот метод используется в течение всего урока;2.Самооценивание.Учащиеся оценивают собственное исполнение.3.Обратная связь в течение урока. | 1. Соблюдение правил техники безопасности во время выполнения упражнений;2.Формирование знаний о развитии физических качеств;3. Развитие выносливости |
| ***Рефлексия по уроку****Были ли цели урока/цели обучения реалистичными?* *Все ли учащиеся достигли ЦО?**Если нет, то почему?**Правильно ли проведена дифференциация на уроке?* *Выдержаны ли были временные этапы урока?* *Какие отступления были от плана урока и почему?* | *Используйте данный раздел для размышлений об уроке. Ответьте на самые важные вопросы о Вашем уроке из левой колонки.*  |
|  |
| Общая оценкаКакие два аспекта урока прошли хорошо (подумайте как о преподавании, так и об обучении)?1:2:Что могло бы способствовать улучшению урока (подумайте как о преподавании, так и об обучении)?1: 2:Что я выявил(а) за время урока о классе или достижениях/трудностях отдельных учеников, на что необходимо обратить внимание на последующих уроках? |