# 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 урока  0-3  3-7  7-11 | 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 пространство  Ссылка на интернет-ресурс, подвижные игры:  <https://infourok.ru/urok-organizacionnie-podvizhnie-igri-1757718.html> |
| Середина урока  11-22  22-35 | 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 пространство  Ссылка на интернет-ресурс, подвижные игры на лыжах:  <https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2013/10/01/podvizhnye-igry-na-lyzhakh> |
| Конец урока  35-40 | **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 оценка  Какие 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? | | | | | |