**Краткосрочный план**

|  |  |
| --- | --- |
| Тема: Техника безопасности. Изучение техники бега на короткие дистанции | **Школа: СШГ №17**  |
| **Дата:**  | **Ф.И.О. педагога: Махин Петр Владимирович.** |
| **Класс:** 5А | **Количество присутствующих:\_\_**  | **Количество отсутствующих:\_\_** |
| **Цели обучения** | 5.3.4.4. Быть осведомленным в вопросах техники безопасности при выполнениифизических упражнений, направленных на укрепление здоровья |
| **Цели урока:** | **Все учащиеся будут уметь:** |
| 1. Соблюдать технику безопасности при выполнении бега на короткие дистанции.
2. Правильно определять опорную и толчковую ногу.
 |
| **Большинство учащихся будут уметь:** |
| 1. Знать и понимать команды подаваемые жестами при старте.
2. Правильно выполнять старт, стартовый разгон, бег по дистанции и финиширование.
 |
| **Некоторые учащиеся будут уметь:** |
| 1. Правильно выполнять старт ,не допуская «Фальстарта».
2. Правильно устанавливать толчковую ногу на стартовую колодку .
 |
| **Критерии оценивания** | 1. Знают технику безопасности;
2. Определяют опорную и толчковую ногу ;
3. Правильно выполняют команды,подаваемые жестами «На старт!», «Внимание!», «Марш!».
4. Правильно стартуют без фальстарта и заступа на линию старта, бегут по дистанции не подрезая друг друга и финишируют.
 |
| **Языковая цель** | **Предметная лексика и терминология:**  |
| «На старт!», «Внимание!», «Марш!», заступ, старт, финиш, «Фальстарт». |
| **Полезные фразы для диалога/письма:** Интервал-дистанция, старт, стартовый разгон, бег по дистанции правильное финиширование, толчковая и опорная нога. |
| ***Вопросы для обсуждения:*** |
| Как влияет правильное финиширование на результат? Где применяется бег в повседневной жизни? |
| ***Можете ли вы сказать, почему...?*** |
|  Нужно сохранять ТБ при беге? Нужно набегать на финише? Старт ,стартовый разгон, бег по дистанции и правильное финиширование влияют на результат? |
| **Межпредметная связь**  | Математика -под счёт, бег по времени.Биология – Частота Сердечных Сокращений (ЧСС), опрос о самочувствии перед уроком  |
| **Применение ИКТ** | Показ наглядного материала (слайды, видео ролики) |
| **Предыдущее обучение** |  Высокий старт |
| **План** |
| **Временные рамки** | **Запланированная деятельность** | **Ресурсы** |
| **0-12 мин****12 - 17 мин****17- 30 мин****30 - 34 мин****34-37 мин** |  **(К**) - **фронтальный метод** 1. Построение. 2. Приветствие. 4.Перекличка.5.Сообщения задач урока.6. Напомнить о технике безопасности на уроке. 7. Строевые упражнения (повороты, перестроение в две и три, четыре шеренги).8. Ходьба, бег в среднем темпе. 9. Специальные Беговые Упражнения (СБУ).10. Обще Развивающие Упражнения (ОРУ). **ФО** 1. Учитель оценивает
2. Дескрипторы: правильное выполнение Обще развивающие упражнения, специально беговые упражнения , соблюдение ТБ.

 **Середина урока:**1. Соблюдать технику безопасности при выполнении бега на короткие дистанции. Определять толчковую и опорную ногу

 **(К) - диалог** Опрос учащихся о ТБ при беге на короткие дистанции.1. Можно ли забегать на чужую дорожку?

 **(К), (Д)**Определение опорной и толчковой ноги: 2-3 Прыжка с места (если нога правая вышла вперед значит эта нога толчковая, а левая маховая и наоборот). **ФО** 1. Учитель оценивает;
2. Дескрипторы: активно отвечают на вопросы по ТБ, правильно определяют опорную и толчковую ногу.
3. Правильно выполнять команды подаваемые жестами . Правильно выполнять старт, стартовый разгон, бег по дистанции и финиширование.

**(К) –фронтальный метод**Показ слайдов и видео роликов **(П) – метод «Джигсо»**Отработка подводящих командных и беговых упражнений: - основная стойка при старте; - команда «На старт!»; - команда «Внимание!»; - команда «Марш!»; **- старт****-** стартовый разгон; - бег по дистанции; - финиширование (набегание).**ФО:** 1. Оценивает учитель
2. Дескрипторы: правильно выполняет команды «На старт!», «Внимание!», «Марш!», правильно выполняет разгон, бежит по дистанции, финиширует набеганием.
3. Не делать «Фальстарт».

 **(П)** - отработать несколько раз команду На старт, внимания, марш, подаваемые жестами.  - заострить внимание и проконтролировать постановку стопы при страте (не заступать на линию). **ФО:** 1. Самооценивание и взаимооценивание.
2. Оценивает учитель

**Дескриптор:** Правильно стартуют без фальстарта и заступа на линию старта , бегут по дистанции не подрезая друг-друга и финишируют **(Г) – «Пантомима»** разбить класс на 3-4 группы, в соревновательном духе без слов ученики должны построить заданную учителем фигуру **ФО:** 1. Самооценивание и взаимооценивание.2. Оценивает учитель |  Спортивный залСтартовые колодки Флажок  Свисток СекундомерПросмотр видеоролика (интерактивная доска или класс)Спортивный зал/ беговая дорожка разметка, флажок. Свисток |
| **Рефлексия:****37-40 мин** |   **Опрос – анкета:**1. Сегодня я научился….
2. Мне понравилось…
3. На следующем уроке я бы хотел…
 |  Анкеты |