**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 выполнении  физических 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 зал  Стартовые колодки  Флажок  Свисток  Секундомер  Просмотр 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 |