

Краткосрочный план урока по физкультуре

Сквозная тема		«Все обо мне»
Школа: Чу Средняя школа в честь прп. Сергия Радонежского		
Дата: «_10_»_12_ 2021_г.		ФИО учителя: Лысенко Иван Александрович
Класс: 2 класс.		Количество присутствующих: отсутствующих:
Тема урока:		Техника безопасности Обзор основных понятий здоровья
Цели обучения, которые достигаются на данном уроке		
2.3.4.1 - понимать трудности и риски, определяя некоторые основные пути реагирования на них при выполнении небольшого количества физических упражнений, способствующих укреплению здоровья		
Цели урока:	Напомнить правила по технике безопасности во время занятий физическими упражнениями. Рассказать о значении утренней гимнастики. • Обучение технике бега на короткие дистанции, прыжка в длину с разбега;	
Критерии успеха	<p>Все учащиеся смогут: Определить трудности и риски при выполнении ряд физических упражнений развивать познавательный интерес к занятиях физической культуры;</p> <p>Большинство учащихся смогут: Рассказывать, как правильно обращаться с ТБ бережно раскрывать, переворачивать страницы, не загибать их, а использовать правила безопасности. Использовать эти правила при работе с книгой.</p> <p>Некоторые учащиеся смогут: Вписывают под руководством учителя свое имя, возраст, класс.</p>	
Привитие ценностей	Ценности, основанные на национальной идее «Мәңгілік ел»: казахстанский патриотизм и гражданская ответственность; уважение; сотрудничество; труд и творчество; открытость; образование в течение всей жизни.	
Межпредметные связи	, английский язык, художественный труд, физическая культура	
Навыки использования ИКТ	На данном уроке учащиеся не используют ИКТ	
Предварительные знания	Учащиеся могут обводить предметы по контуру. Знакомство с учебной книгой, правилами обращения с книгой, правилами поведения на уроке, посадка при письме.	
Ход урока		
Этапы урока	Запланированная деятельность на уроке	Ресурсы
Начало урока	<p>Ребята, сегодня у нас первый урок физкультуры. Что такое физкультура? Тренировка и игра. Что такое физкультура? Физ, и –куль, и –ту, и –ра.</p> <p>Руки вверх, руки вниз – это физ-, Крутим шею словно руль – это –куль-, Ловко прыгай в высоту – это –ту-, Бегай полчаса с утра – это –ра.</p> <p>Занимаясь этим делом, Станешь ловким, сильным, смелым.</p>	

Плюс хорошая фигура.
Вот, что значит физ-куль-ту-ра.

Чтобы быть сильными, ловкими, смелыми и выносливыми надо ать свой организм и тренировать его. По телевизору вы, рное, видели, как выступают спортсмены на соревнованиях, зывают своё мастерство. А вот вы, пока ещё маленькие дети, и ете научиться различным упражнениям, играм, научиться ильно бегать, прыгать, метать соревноваться на уроке культуры. Здесь вы начнёте свой путь к здоровью, красоте, ческой закалке, спорту.

А начнём мы с самого простого – с осанки. Осанка – это вычная поза спокойно стоящего человека. Плохая, неправильная ка приносит вред здоровью. А как некрасиво выглядит человек, оторого плохая осанка. Правильная осанка не только делает уру стройной, но и придаёт человеку уверенность в себе, ость, жизнерадостность.

Попрошу сидящих встать
И команды выполнять.
Все дышите, не дышите!
Всё в порядке, отдохните!
Вместе руки поднимите!
Превосходно, опустите!
Наклонитесь, разогнитесь!
Встаньте прямо, улыбнитесь!
Да, осмотром я довольна,
Из ребят никто не болен,
Каждый весел и здоров
И к занятиям готов.

Значение утренней гимнастики. Утренняя гимнастика (зарядка) полезна и необходима всем. Она играет важную роль при переходе от сна к бодрствованию. Зарядка помогает быстро подготовить организм к работе. Во время ее выполнения мышцы быстрее сокращаются и расслабляются, переключаются на активную работу сердечно-сосудистая и дыхательная системы. Вот почему после зарядки человек уже не выглядит заспанным, лицо его приобретает свежесть.

Чем еще полезна утренняя гимнастика?

При выполнении упражнений развиваются сила, ловкость, выносливость, гибкость. Систематические занятия укрепляют волю — одно из самых ценных качеств, без которого трудно рассчитывать на успех в любом деле.

Переход на площадку (на школьном дворе). ОРУ в строю. Напомнить, что умение выполнять этот комплекс будет проверено. К выполнению комплекса упражнений

	<p>привлекаются и ученики, отнесенные к подготовительной или специальной медицинской группе. 1) И. п. — основная стойка, руки вперед. 1 — руки в стороны; 2 — и. п.; 3—4 — то же. 2) И. п. — стойка ноги врозь, руки к плечам. 1 — поворот туловища влево, руки вверх; 2 — и. п.; 3—4 то же в другую сторону. 3) И. п. — стойка ноги врозь, руки перед грудью. 1 — наклон туловища влево, локти отвести слегка назад; 2 — и. п.; 3-4 — то же в другую сторону. 4) И. п. — стойка, руки вверх. 1 — присед, руки вперед; 2 — и. п.; 3-4 то же. 5) И. п. — стойка, руки на пояс. 1 — наклон назад, руки в стороны; 2 — и. п.; 3—4 — то же. 6) И. п. — стойка, руки в стороны. 1 — мах левой вперед, руки вперед, голенью коснуться пальцев рук; 2 — и. п.; 3— 4 — то же другой ногой. 7) И. п. — стоя на левой ноге, правая согнута вперед. Четыре прыжка на левой ноге, четыре — на правой. Ходьба на месте.</p>	
<p>Критерии успеха</p>	<p><i>Называют имена друг друга.</i></p>	
<p>Середина урока</p>	<p>Работа над новой темой. <i>Правила по технике безопасности.</i> Вот некоторые из них: будь дисциплинирован, не покидай места занятий без разрешения учителя; следи за чистотой и порядком в спортивном зале или на площадке; бережно относись к инвентарю и оборудованию; после занятий инвентарь убирай в специально отведённое место; занимайся в спортивном костюме и спортивной обуви; обязательно выполняй разминку; если плохо себя чувствуешь, сообщи об этом учителю; после занятий переоденься. <i>Игра «Конники-спортсмены».</i> Игр весёлых много знаем, С удовольствием играем В эти игры всякий раз, Поиграем и сейчас. Раз, два, три, четыре, Меня грамоте учили: И читать, и писать, И на лошади скакать. На полу расставлены кегли, их меньше, чем играющих. ники идут по кругу, выполняя команды: «Шаг коня» - высоко поднимая колени; «Поворот» - повернувшись кругом, продолжать ходьбу; «Рысью» - бегут; «По местам» - разбегаются, стараясь занять место у кегли. Рассказать: ✓ о видах бега, характерной особенности, ✓ показать фазы бега. Выполнение учащимися команды: «На старт» «Внимание»</p>	<p>Уроки хорошего поведения серия</p>

	<p>«Марш» Посадить на гимнастическую скамью. Вызов по 6 человек на стартовую линию. Следить за правильностью расстановки учащихся, за постановкой ног и рук на старте, во время бега.</p>	
Критерии успеха	<p><i>Дети усвоили правила обращения с Тб. Учащиеся приходят к выводу, что на уроках, чтобы рассказать, спросить или поговорить, мы пользуемся речью. Ученики обсуждают правильное поведение в классе, выводят правила, которые будут соблюдать</i></p>	
Конец урока	<p>(И) А теперь отдохнём. Я хочу прочитать вам стихи, но они кончены, помогите их закончить. Я начну, а вы кончайте, Дружно хором отвечайте. Игра весёлая футбол – Уже забили первый... (гол)! Вот разбежался сильно кто-то И без мяча влетел в ... (ворота)! А Петя мяч ногою хлоп – И угодил мальчишке в ... (лоб)! Хохочет весело мальчишка, На лбу растёт большая ... (шишка)! Но парню шишка нипочём, Опять бежит он за ... (мячом)! На этом наш первый урок физической культуры закончился. На ующий урок жду вас в спортивной форме. .Итог урока. Рефлексия. - Покажите, как надо правильно сидеть за партой, поднимать руку, вставать, складывать принадлежности в портфель.</p>	<p>Ступеньки успеха. Смайлики. Шкала трудности.</p>
Критерии успеха	<p><i>Дети демонстрируют, как надо правильно сидеть за партой, поднимать руку, вставать, складывать принадлежности в портфель.</i></p>	

<u>Дифференциация</u> Каким образом Вы планируете оказать больше поддержки? Какие задачи Вы планируете поставить перед более способными учащимися?	<u>Оценивание</u> Как Вы планируете проверить уровень усвоения материала учащимися? <i>Используйте данный раздел для записи методов, которые Вы будете использовать для оценивания того, чему учащиеся научились во время урока.</i>	<u>Здоровье и соблюдение техники безопасности</u> <i>Здоровьесберегающие технологии. Используемые физминутки и активные виды деятельности.</i>
Преодолеть пространство зала прыжками за наименьшее время. Замахиваться и слитно переходить сразу же к броску, заканчивая его полным выпрямлением руки с энергичным движением кисти по направлению броска.	Будут соблюдать последовательность при выполнении ОРУ. Метать мешочки с песком вдаль по траектории «Вперёд – вверх».	Связь с предметом «Познание».