

Описание урока

1. Фамилия, имя, отчество автора	Полозов Максим Михайлович
2. Место работы	МКОУ Хандальская СОШ
3. Должность	Учитель
4. Класс	6
5. Предмет	Физическая культура
6. Тема урока	Опорный прыжок
7. Место урока в теме и в программе по предмету	Данный урок является логическим продолжением раздела «Гимнастика с основами акробатики» предыдущей темы «Повторение акробатических упражнений, элементов»
8. Ключевая идея урока в формате проблемного вопроса	Кто же самый координированный среди нас? Поиск рациональных способов решений вопроса.
9. Цель (прописанная через результат): к концу урока каждый ученик будет: <ul style="list-style-type: none">• знать:--• уметь (сможет продемонстрировать):--	Изучить технику выполнения таких акробатических упражнений: опорный прыжок мальчики (согнув ноги), девочки(ноги врозь). Знать: -Технику выполнения опорного прыжка. Уметь: -Демонстрировать выполнение акробатических упражнений. -Анализировать ошибки, допущенные при выполнении заданий -Слушать мнение товарищей и корректировать ошибки -Адекватно оценивать свою деятельность во время урока
10. Инструменты и критерии/показатели/индикаторы оценки достижения запланированных результатов:	1)Устный опрос после каждой учебной ситуации. 2)Опрос в конце урока по принципу самоанализа достигнутых запланированных результатов.
11. Организационно-педагогические условия проведения урока	Организационный момент: Форма организации: фронтальная. Цель: установить положительную мотивацию на работу. Обеспечение внимания, дисциплины, собранности. Построение учащихся, приветствие, проверка готовности к уроку. Напоминание ТБ. Установка на работу, снятие стресса (приложение 1). Учащиеся взаимодействуют во время построения, выполняют задания учителя. Актуализация знаний: Форма организации: фронтальная. Цель: Определение темы и задач урока. Создание проблемной ситуации при помощи подобранного упражнения(приложение 2). Постановка проблемного вопроса: <i>Кто же самый координированный среди нас?</i>

Учащиеся проговаривают свои варианты ответа. Учитель предлагает в конце урока узнать, какими мы сегодня были. Учитель повторяет вместе с детьми акробатические упражнения, которые они уже изучили и предлагает изучить новое. Обучающиеся смотрят и отвечают на вопросы учителя. Какой снаряд находится перед вами? Вы уже знакомы с ним? Какие элементы вы уже умеете выполнять, либо видели как их выполняют другие?

Давайте вместе с вами определим тему сегодняшнего урока. Повторяет правила ТБ на уроках акробатики. Учащиеся определяют тему урока, цели и задачи. Включаются в диалог с учителем.

Разминка:

Форма организации: Поточная, фронтальная.

Цель: подготовка организма к предстоящей работе.

Учитель организует выполнение разминочных упражнений(см.Приложение 3). Учащиеся взаимодействуют во время перестроения. Контролируют свои действия согласно инструкции. Проводится рефлексия. Какое или какие упражнения были самыми простыми или самыми сложными? Какова цель разминки? Учащиеся анализируют на сколько они справились с заданием и объективно оценивают свои результаты.

Основная часть.

Акробатика.

Форма организации: Групповая.

Научатся: правильно выполнять акробатические упражнения, выявлять для себя наиболее сложные.

Разделение учащихся на группы при помощи расчёта.

Учитель даёт задание освобожденным и тем, кому нельзя выполнять упражнения (работа с текстом, поиск понятия «Координация»).

Учащиеся работают в группах, на каждой станции учитель даёт задание(приложение4) . Смена станций производится по свистку. Затем вместе выполняют задания в одной группе(приложение5). Учащиеся формируют умение работать в группе, соблюдают учебную задачу. Анализируют и объективно оценивают результаты собственного и чужого труда, находят возможности и способы их улучшения.

Рефлексия учебной деятельности

Форма организации: фронтальная

Самооценка учениками собственной деятельности.

Анализ своей деятельности на уроке.Проводится в течение урока после каждой учебной ситуации.

Учитель задаёт вопросы: какое упражнение выполняли?

Оцените,на сколько результативно вы его выполняли? У кого что то не получилось или вызвало затруднение? Учащиеся представляют физическую культуру как средство укрепления и сохранения здоровья, физического развития и физической подготовки человека; понимают и воспринимают на слух словесные указания учителя.

Адекватно воспринимают оценку учителя и товарищей

	<p>Заключительная часть. Форма организации: фронтальная, индивидуальная.</p> <p>Рефлексия учебной деятельности.Итоги урока. Постепенно привести организм обучающихся в относительно спокойное состояние (снятие физической и физиологической напряженности). Подвести итоги учебной деятельности, с оценкой учителя и самооценкой результатов деятельности обучающихся.</p> <p>Учитель строит класс. Объясняет правила игры «Класс – внимание!». (приложение 6). Проводит игру на внимание. Подводит итоги игры. Подводит итоги урока при помощи постановки вопросов.</p> <p>-Вспомните тему нашего урока. -Удалось достичь поставленных целей? - Что удалось на уроке, что не удалось? -Так кто же самый координированный среди нас? -Для чего человеку нужна координация? Оцените свою работу на уроке. Ученики подводят итоги урока, оценивают работу класса в целом, над чем ещё необходимо поработать. Формируют умение адекватно оценивать собственную и чужую деятельность на уроке.</p> <p>Домашнее задание Организовать обсуждение и определение д/з. - Домашнее задание для вас будет узнать какие упражнения можно выполнять дома для развития координации. Ученики планируют занятие гимнастикой в режиме дня. Анализируют и объективно оценивают результаты собственного и чужого труда, находят возможности и способы их улучшения. Учитель хвалит всех детей, выделяет особо отличившихся. Благодарит учащихся за урок!</p>
12. Перечень дидактических материалов	<p>-Упражнение для установки на работу(приложение 1) -Создание проблемной ситуации(приложение 2) -Комплекс общеразвивающих упражнений (ОРУ).(Приложение 3) -Задания в группах(приложение4) -Общее задание(приложение 5) -Игра(приложение 6)</p>
13. Оснащение урока	<p>Гимнастические маты, конусы, гимнастический мостик, гимнастический козёл, раздаточный материал по теме «Акробатика».</p>

Приложение 1

Потрите одну ладонку о другую. Возьмитесь руками за уши таким образом, чтобы большой палец оказался с тыльной стороны уха, а все остальные спереди. Массируйте уши сверху вниз, чуть разворачивая их в сторону. А сейчас закрыли глаза и сделали глубокий вдох, выдох, выдох длиннее вдоха. И еще раз.

Приложение 2

По команде хлопаем в ладоши, потом правой рукой беремся за нос, а левой за правое ухо. Потом опять хлопок, и меняем руки? Все выполнили? Нет не все, сложно, да? У нас появилась проблема. Какая? Мы не согласовали свои действия. Нам нужно развивать координацию движений. Этим мы сегодня и займемся.

Приложение 3

Разминка в движении.

- 1) Ходьба на носках, р-р вверх.(0,5 круга)
- 2) Ходьба на пятках, р-р в замок, за голову.(0,5 круга)
- 3) Ходьба в полуприседе, р-р на колени.(0,5 круга)
- 4) Ходьба перекатом с пятки на носок, р-р за спину.(0,5 круга)
- 5) Бег приставным шагом правым(левым боком). (1 круг).
- 6) Бег спиной вперед(0,5 круга).
- 7) Бег со сменой направления по сигналу(1 круг).
- 8) Бег с прямыми ногами (0,5 круга).

Комплекс ОРУ.

(ОРУ на месте)

И.П. – исходное положение

О.С.- основная стойка

У.С. – узкая стойка

Ш.С.- широкая стойка

1.И.п–О.с., руки на пояс -3-4 раз.

- 1- наклон головы вперед,
- 2- наклон головы назад,
- 3- - наклон головы влево,
- 4- наклон головы вправо.

2. И.п–О.с., руки вниз -4-6 раз.

- 1- руки в стороны,
- 2- руки вверх,
- 3- руки в стороны,
- 4- И.п.

3. И.п.- У.С., ноги врозь, руки в замок перед грудью -4-6 раз.

- 1- выпрямить руки вперед,
- 2- И.п.
- 3 – выпрямить руки вверх,
- 4 – И.п.

4. И.п. – У.С., ноги врозь, левая рука вверх, правая вниз -4-6 раз.

- 1,2- отведение прямых рук назад, со сменой положения
- 3,4 – то же правая вверх.

5. И.п.- У.С., ноги врозь, руки к плечам– 4-6 раз.

- 1-4 - круговые вращения вперед,
- 5-8 – круговые вращения назад.

6. И.п.- У.С., ноги врозь, руки перед грудью в замок 4-6 раз .

- 1,2 –повороты туловища вправо,
- 3,4 – повороты туловища влево.

7. И.п.- У.С., ноги врозь, руки на пояс– 4-6 раз

- 1,2 – наклоны вправо,
- 3,4 – наклоны влево.

8. И.п.- У.С., ноги врозь, руки вниз - 4-6 раз

- 1,2,3 – пружинистый наклон вперед,
- 4 – И.п.

9.И.п.- О.С., руки вниз – 6-10 раз .

- 1 – прыжок ноги в стороны, хлопок над головой,
- 2 – И.П.
- 3 –прыжок ноги в стороны, хлопок над головой,
- 4 – И.П.

Приложение 4

Индивидуальные задания для каждой группы

- 1) В упоре лёжа поднос ног к груди.
- 2) Выпрыгивание вверх ноги вместе.

Приложение 5

- 1) Выпрыгивание вверх с шагом приставляя ногу
- 2) Выпрыгивания с опорой на гимнастического козла
- 3) Выпрыгивания с опорой на гимнастического козла ноги врозь
- 4) Наскок на гимнастического козла
- 5) Выполнение опорного прыжка с 3-4 шагов
- 6) Выполнение опорного прыжка с разбега

Приложение 6

Учащиеся строятся в одну шеренгу. Учитель голосом даёт команду расположения рук, ног, а показывает в неправильном порядке. Задача учащихся ориентирясь на голос не допустить ошибки в постановке частей тела. Кто допускает ошибку, делает шаг вперёд.