

ТЕМА УРОКА: Упражнения с большими мячами. Спрыгивание со скамейки.

ЦЕЛЬ: обучать правилам ТБ на уроках, учить правильному выполнению упражнений с большими мячами, разучивать новые виды упражнений, развивать подвижность, быстроту, силу, ловкость, выносливость; способствовать сплочению коллектива.

Материально – техническое обеспечение урока: мячи баскетбольные, волейбольные, футбольные, скакалки детские, маты гимнастические, флажки, рулетка измерительная, свисток, обручи пластиковые детские, кегли, аптечка и др.

ХОД УРОКА

№ п\п	Этапы урока	Характеристика деятельности учащихся. УУД.
1.	Мотивация к деятельности 1) Проблемная ситуация, постановка целей урока. 2) <u>Техника безопасности</u> на уроке физической культуры	Определять ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма. Определять состав спортивной одежды. Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности
2.	Строевые упражнения: команды «Равняйсь!», «Смирно!», «Налево!», «Направо!» и др.	Моделировать физические нагрузки для развития основных физических качеств.
3	Разные виды ходьбы На носках, на пятках, на внешней стороне стопы, на внутренней, перекатом с пятки на носок и др. Разные виды бега В колонну по одному, по два, бег с ускорением, в рассыпную и др.	Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении упражнения на развитие физических качеств. Осваивать навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики и гимнастики для глаз.
4	Общеразвивающие упражнения Комплекс упражнений №_____ (описание прилагается). Диагностика качества деятельности	Различать и выполнять строевые команды: «Смирно!», «Вольно!», «Шагом марш!», «На месте!», «Равняйсь!», «Стой!». Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений.
	Интеллектуально – преобразовательная деятельность 1)Репродуктивное задание (по образцу) 2) Самоорганизация в деятельности 3) Подвижные игры (описание прилагается). Обобщение игры учителем и детьми.	Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. Излагать правила и условия проведения подвижных игр. Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх.
5.	Контроль и оценка результатов деятельности	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.