**ПЛАН – КОНСПЕКТ ОТКРЫТОГО УРОКА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ 7 КЛАССА.**

***Раздел:*** спортивно-оздоровительная деятельность.

***Тип урока:*** *комбинированный* ***(****изучение нового материала и*совершенствование).

***Форма урока:*** сюжетно – ролевая игра.

***Тема урока:*** лёгкая атлетика

***Метапредметная связь:*** биология, география, ОБЖ.

***Цель:*** закрепление навыков владения элементами техники прыжка в высоту с разбега. Овладение техникой и способами эстафетного бега

с передачей эстафетной палочки

***Задачи урока:***

**I. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ:**

1. Виды эстафет, обучать технике эстафетного бега и передачи эстафетной палочки.

2. Закрепить знания по правилам игры в волейбол.

3. Активизация прикладных знаний и умений по биологии, географии и ОБЖ.

**II. ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ И РАЗВИВАЮЩИЕ:**

1. Развивать выносливости , координации движения и вестибулярного аппарата.

2. Формировать готовность у школьников к действиям в экстремальных ситуациях.

3. Умений выделять главное, сравнивать, систематизировать и применять на практике полученную информацию.

**III. ВОСПИТАТЕЛЬНЫЕ:**

1. Отрабатывать умение взаимодействовать друг с другом.

2. Воспитывать самостоятельность, ответственность.

3. Воспитывать осознанное отношение к занятиям физической культурой.

***Место проведения:*** спортивный зал.

***Время проведения:*** 45 минут

***Инвентарь и оборудование:*** маты, резинка, эстафетные палочки, фишки, секундомер, свисток.

***План-конспект урока составила:*** учитель физической культуры МБОУ «СОШ №8», высшей квалификационной категории МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №8» города Набережные Челны Республики Татарстан

**Мязина Елена Владимировна**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Содержание образовательного процесса | Деятельность учителя | Деятельность учащегося | | | |
| Личностная | Регулятивная | Познавательная | Коммуникативная |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| ***Подготовительный этап урока – 15 минут*** | | | | | |
| 1. Построение, приветствие, сообщение задач урока. | Класс! (да!)  Класс, класс! (да, да!)  Здравствуйте!  Ознакомить учащихся с целью и задачами урока, настроить на урок.  *1. Ребята, тема урока: Лёгкая атлетика.*  *2. Цель перед нами стоит следующая: это овладение техникой и способами эстафетного бега с передачей эстафетной палочки.*  *3. Есть вопросы по сегодняшнему уроку?* | Рефлексия на хорошее настроение.  Формирование интереса |  | Отвечают на приветствие с поднятыми руками.  Зравствуйте!  Все учащиеся во фронтальном режиме слушают учителя. | Ведут обсуждение по заданной теме, по необходимости вступают в диалог с учителем и одноклассниками |
| **Применение структуры Клок Баддис.**  **Конэрс**. | *1. Ребята, у нас уже почти конец года. Много тем нами пройдено. Это и лёгкая атлетика, и гимнастика, и лыжный спорт, и борьба, и плавание, оздоровительная гимнастика. На стенах висят плакаты с их названием.*  Объявляет альтернативу.  ***2. Будучи спортсменами, олимпийскими чемпионами, какой бы вы вид спорта выбрали?***  *3. Подумайте 10 секунд. Запишите на листке бумаги.*  ***4.*** *Подойдите к выбранному плакату.*  *5. Обсудите в коллективе вместе причину своего выбора.На это вам дается 30 секунд*  Ведет опрос о причине своего выбора по одному из каждой команды. | Развитие собственного мышления. Решение проблемы. | Активизирует мыслительную деятельность Развитие речи. Умение вести диалог. | Ученики выбирают себе вид спорта. Направляясь к плакатам, осознают, что существуют разнообразные точки зрения по данной проблеме. | Слушают друг друга, обсуждают, строят высказывания. |
| **Применение структуры Микс Пэа Шэа.** | *Ребята, после подачи сигнала (под музыку) начинайте движения по залу, а после второго сигнала (остановки музыки) быстро строимся в одну шеренгу.* | Настрой на двигательную деятельность |  | Под музыку или после сигнала свистком ученики молча смешиваются, двигаясь по по залу.  После остановки музыки или сигнала свистком ученики строятся в одну шеренгу |  |
| 3. Разминка.  Подготовка организм занимающихся к работе в основной части урока. | Командует.  *Класс, равняйсь! Смирно!*  Повороты на месте  - на право  - на лево  - кругом  Следит за осанкой, во время поворотов руки должны быть прижаты к бедрам. | Развитие пространственной ориентации и вестибулярного аппарата. |  | Выполняет команды учителя. Следит за своей осанкой. Ведет самоконтроль. |  |
|  | Бег.  *Лёгким бегом налево в обход, бегом марш!*  Дозировка – 5 кругов. | Подготовка организма на работу в основной части урока. |  |  |  |
| Специально беговые упражнения. | **СБУ**  - приставными шагами  - с высоким подниманием бедра  - с захлёстыванием голени  - с подскоками  Дозировка – по полкруга. |  |  |  |
|  | Ходьба, упражнение на восстановление дыхания. | Самоконтроль | Применяют ранее полученные знания | Самостоятельно выполняют упражнение на восстановление дыхания |  |
| **Применение структуры Микс Пэа Шэа.**  **Микс-Фриз-Груп** | Объясняет.  *Ребята, после подачи сигнала (под музыку) начинайте движения по залу, а после второго сигнала (остановки музыки) быстро встаньте парами.* | Побуждение познавательного интереса | Сознательное выполнение определенных действий. | Под музыку или после сигнала свистком ученики молча смешиваются, двигаясь по по залу.  После остановки музыки или сигнала свистком ученики быстро встают парами.  Ученики образуют пару с ближайшим к ним учеником и «дают пять» (хлопнуть друг другу за руку). |  |
| Распределение по парам. | Задает вопрос.  *Есть те которые не нашли партнера? Которые не нашли партнера, поднимите пожалуйста руку.* | Решение проблемы. |  | Ученики, которые не нашли партнера, поднимают руку, чтобы найти друг друга. |  |
| Общеразвивающие упражнения. **Примение структуры Таймд Пэа Шэа.** | Задает задание.  *Показывая друг другу упражнения, выполняем* ***общеразвивающие упражнения.*** *Начинает тот у кого светлее футболка.*  Включает музыку | Развитие гибкости.  Умение выполнять физические упражнения для развития мышц | Определить последовательность и приоритет разминки мышечных групп | Произвольно строим речевое проговаривание упражнений за учителем при проведении разминки | Обсудить ход предстоящей разминки |
| **Применение структуры Микс Пэа Шэа.**  **Микс-Фриз-Груп** | *Ребята, после подачи сигнала (под музыку) начинайте движения по залу, а после второго сигнала (остановки музыки) быстро строимся в одну шеренгу.* | Настрой на двигательную деятельность |  | Под музыку или после сигнала свистком ученики молча смешиваются, двигаясь по по залу.  После остановки музыки или сигнала свистком ученики строятся в одну шеренгу |  |
| ***Основной этап урока - 20 минут*** | | | | | |
| **Виды эстафет.** | *Ребята, как мы уже знаем, что к одним из видам лёгкой атлетике относится эстафетный бег. Этот вид бега входит в программу Олимпийских игр. Бегут дистанции 4Х100 и 4Х400. Мы же с вами познакомимся с видами эстафет, которые применяются в спортивно-массовых мероприятиях и в соревнованиях: это встречная эстафета, линейная и круговая.* | Побуждение познавательного интереса. |  | Все учащиеся во фронтальном режиме слушают учителя. | Ведут обсуждение, вступают в диалог с учителем. |
| Образование команд. **Тимбилдинг.**  **Тим Чир** | *Нужно выбрать капитанов команд. Капитаны команд быстро набирают себе команду. Даю 20 секунд выбрать название и кричалку.* | Настрой на хорошее настроение. |  | Работают в группе. | В диалоге друг с другом ведут обсуждение, делятся мыслями. |
| Обучение технике бега и передачи эстафетной палочки в встречной и линейной эстафетах. | Показывает технику передачи палочки при встречной и линейной эстафетах, при этом объясняя*.*  *Палка передается правой в правую руку. Сам забегает, что бы партнер был по правую руку. Встает назад колонны. Бежим до тех пор пока колонны не поменяются местами (или каждый не встанет на свое место)* | Рефлексия хорошего настроения и эмоционального настроя.  Оценивают правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения | Осуществляют самоконтроль за состоянием своего организма.  Принимать инструкцию учителя, четко ей следовать. | Умение анализировать, выделять и формулировать задачу  Учащиеся выполняют задания медленном темпе.  Затем соревнуются |  |
| Обучение технике бега и передаче эстафетной палочки в круговой эстафете. | Показывает и объясняет технику передачи палочки при беге эстафеты по кругу.  http://xreferat.ru/image/103/1307335592_9.jpg  *Интервал в шеренгах 1-1,5 м, вторая шеренга стоит несколько правее первой так, чтобы левая рука передающего была за правой рукой принимающего. Расстояние между шеренгами 1 м. Принимающий эстафетную палочку по команде учителя отводят вниз-назадправую руку, держа кисть (в виде перевернутой буквы V), где 4 пальца отведены наружу, а большой палец в сторону бедра, передающий вкладывает палочку. После этого принимающий перекладывает эстафету в левую руку.* | Оценивают правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения  Развитие выносливости, быстроты. | Умение анализировать, выделять и формулировать задачу  Учащиеся выполняют задания медленном темпе.  После команды кругом, выполняют упражнение повторно.  Затем соревнуются |  |
| **Применение структуры Микс Пэа Шэа.**  **Микс-Фриз-Груп** | *Ребята, после подачи сигнала (под музыку) начинайте движения по залу, а после второго сигнала (остановки музыки) быстро встаем парами.*  Пока двигаются, напоминает, что бы каждый взял листок и карандаш. | Настрой на двигательную деятельность |  | Под музыку или после сигнала свистком ученики молча смешиваются, двигаясь по по залу.  После остановки музыки или сигнала свистком ученики строятся в одну шеренгу |  |
| Распределение по парам. | Задает вопрос.  *Есть те которые не нашли партнера? Которые не нашли партнера, поднимите пожалуйста руку.* | Решение проблемы. |  | Ученики, которые не нашли партнера, поднимают руку, чтобы найти друг друга. |  |
| **Применение структуры**  **Инсайт-Аутсайт Сёкл** | *Ребята, у кого светлее волосы, те встают во внутренний круг.*  *А теперь вспомним правила игры в волейбол и запишем себе на листочках*. (30 сек)  Включает музыку.  *Внутренний круг движется по часовой стрелке, а наружный против.*  Останавливает музыку.  *Стоп! Повернулись друг другу лицом и расскажите правила друг другу. Не достающее добавляем себе в листок*. (30 сек)  (Можно повторить 1-2 раза)  Выборочный опрос учащихся) | Создание проблемы. | Активизация мыслительной деятельности. | Формируют внешний и внутренний круг. Делятся своим мнением с разными партнерами. |  |
| **Применение структуры Микс Пэа Шэа.** | *Ребята, после подачи сигнала (под музыку) начинайте движения по залу, а после второго сигнала (остановки музыки) быстро строимся в одну шеренгу.* | Настрой на двигательную деятельность |  | Под музыку или после сигнала свистком ученики молча смешиваются, двигаясь по по залу.  После остановки музыки или сигнала свистком ученики строятся в одну шеренгу |  |
| ***Заключительный этап урока – 5 минут.*** | | | | | |
| **Подведение итога** | *Класс!*  *Класс, класс!*  *Равняйсь! Смирно!*  *Итоги эстафеты зачитывает нам судья соревнований………..*  Судьи – это освобожденные по состоянию здоровья учащиеся.  Учитель задает домашнее задание. | Определить собственные ощущения при освоении учебной задачи на уроке. | Оценивают свою работу на уроке, прослушивают оценку учителя и судей.  Вычленять новые знания. | Обсуждают работу на уроке.  Повторяют новые полученные знания на уроке | Слушают одноклассников, активно участвуют в решении коммуникативной задачи, выражают свое мнение об итогах работы на уроке |