**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- кругомСледит 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 подскокамиДозировка – 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 задачуУчащиеся 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 решенияРазвитие выносливости, быстроты. | Умение анализировать, выделять и формулировать задачуУчащиеся 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 |