**Тема урока:«**Совершенствование навыков выполнения челночного бега».

**Цель урока:**совершенствовать технику выполнения челночного бега, развивать физические качества (быстрота, ловкость, координация) обучающихся.

**Учебные задачи:**

**Направленные на достижение предметных результатов:**

1. Знакомство с разными техниками челночного бега;

2. Формирование навыков техники челночного бега;

3. Повышение функциональных возможностей организма обучающихся.

**Направленные на достижение метапредметных результатов:**

1.Умение корректировать свои действия в ходе выбора, контролировать и давать оценку своим действиям, анализировать;

2. Умение взаимодействовать со сверстниками в соревновательной деятельности;

3. Умение осознанно и произвольно строить речевые высказывания в устной форме.

**Направленные на достижение личностных результатов:**

1.Формирование умения проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленной цели;

2.Освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

**Инвентарь для учителя:** доска, компьютер, проектор, конусы, секундомер, свисток, кубики.

**Инвентарь для учащихся:** спортивная форма.

**Ход урока.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Этап урока** | **Деятельность учителя** | **Деятельность обучающихся** | **Универсальные действия** |
| **1.Организационный момент.** | Приветствует обучающихся создает эмоциональный настрой  Проверяет готовность обучающихся к уроку  Напоминает технику безопасности на уроке физкультуры  Организует обучающихся  Равняясь! Смирно!  ЧСС | Оценивают своюготовность к уроку (наличие спортивной формы, самочувствие).  Выполняют действия учителя. | **Личностные:** проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях. |
| **2.Актуализация знаний.** | Напоминает технику безопасности при проведении разминки в движении: соблюдать дистанцию! Просит выполнить повороты «направо» и «налево». Дает команду: «Направо!»  Даёт команду: «В обход по залу шагом марш!».  Даёт команду: «Руки на пояс ставь, на носках марш!».  Даёт команду: «Руки за голову ставь, ходьба на пятках марш!».  Спина прямая, смотреть вперёд.  Даёт команду: «Руки на пояс ставь, ходьба с перекатом с пятки на носок марш!».  Даёт команду: «Руки на пояс ставь, приставным шагом правым боком марш!». «Левым боком марш!».  Даёт команду: «Бегом марш!».  Даёт команду: «Шагом».  Даёт команду: «Восстановление дыхания. Руки вверх – вдох, руки вниз- выдох».  «Направляющий на месте! Стой! Раз- два! Нале-во!».  Даёт команду: «Вкруг становись».  Продолжает разминку на месте, обеспечивает эмоциональный настрой.  **(Игра «Угадай кто показывает»)**  Перестраивает обучающихся в шеренгу.  Даёт команду: «Класс разойдись! В одну шеренгу становись!».  Выход на тему | Слушают и принимают к себе.  Обучающиеся выполняют задание.  Выполняют ходьбу с заданиями.  Выполняют ходьбу на пятках с перекатом.  Выполняют бег приставным шагом.  Выполняют бег по площадке.  Обучающиеся выполняют упражнения на восстановление дыхания.  Дети выполняют ОРУ в кругу.  Бег | **Регулятивные:** контроль в форме сличения способа действия по образцу учителя.  **Коммуникативные:** учить не только показывать двигательное действие, но и проигрывать упражнение, предвидеть его актуальность для решения поставленных задач.  **Личностные:** установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом;  подготовка организма к работе в основной части урока |
| **3.Изучение материала.** | Ребята, а кто знает, что такое «бег» в спорте? Сегодня мы с вами совершенствуем технику в челночном беге.  А может кто-то знает, что такое челночный бег?   1. Напоминает технику безопасности при выполнении челночного бега**.** 2. Проводит контрольные забеги.   3.Выделяет ключевые точки в челночном беге  4. Предлагает командам работать по карточкам для ознакомления с техниками челночного бега.  5. Контролирует правильность выполнения.  6. Проводит контрольные забеги. | Вступают в диалог с учителем.  Бег — один из способов передвижения человека и животных.  Челночный бег — вид[**бега**](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%91%D0%B5%D0%B3_(%D0%BB%D1%91%D0%B3%D0%BA%D0%B0%D1%8F_%D0%B0%D1%82%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B0)), характеризующийся многократным прохождением одной и той же короткой дистанции в прямом и обратном направлении.  Дети пробегают челночный бег. Результаты записываются на доске.  Осуществляют выбор эффективного для себя способадействия, указанного в карточке.  Дети пробегают челночный бег. Результаты записываются на доске. | **Предметные: умение** получить информацию о технике челночного бега.  **Регулятивные:** развитие адекватного понимания информации устного сообщения; умение объективно оценивать результаты собственного и коллективного выполнения задания, умения контролировать свои эмоции  **Коммуникативные:**  умения сотрудничать в группе, совместно выполнять задания,формирование толерантного отношения к сверстникам; **Личностные:**проявление поддержки и уважения друг к другу во время выполнения упражнений |
| 1. **Рефлексия** | Организует обсуждение результатов челночного бега  Указывает типичные ошибки, **отмечает** учеников, успешно выполняющих задание | Участвуют в обсуждении собственных результатов челночного бега и результатов товарищей.  Анализируют результаты двух забегов и дают оценку  Отвечают на вопросы. | **Регулятивные:**  **Личностные:** |
| 1. **Заключительная часть** | Игра на восстановление: «Дождь». | Определяют свое эмоциональное и функциональное состояние на уроке. | **Регулятивные:** прогнозируют результаты уровня усвоения изучаемого материала. **Личностные:** понимают значение знаний о техниках челночного бега для человека и принимают его. |