**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 настройПроверяет готовность обучающихся к урокуНапоминает технику безопасности на уроке физкультурыОрганизует обучающихсяРавняясь! 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 беге4. 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_%28%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%29), 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 бегаУказывает 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. |