

Название урока: Спринтерский бег, эстафетный бег (6 класс)

Тема урока: Спринтерский бег, эстафетный бег.

Автор работы: Мальцева Татьяна Владимировна, Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение имени
Дважды Героя социалистического труда В.Ф Резникова,

учитель физической культуры.

Стаж работы 23 лет.

Введение

Тема урока (занятия)	Спринтерский бег, эстафетный бег
Тип урока (занятия)	Контрольный
Место урока (занятия) в учебной программе	№6
Продолжите льность урока (занятия)	40
Класс (возраст детей)	6 класс
Цель	Развитие интереса к лёгкой атлетике и универсальным способностям посредством двигательного и коммуникативного опыта обучающихся спортивно-игровой деятельности.

Задачи	<p>Образовательные (предметные):</p> <ul style="list-style-type: none"> -Закрепление техники спринтерского бега, обучение технике эстафетного бега -Закрепление понятия двигательных действий. -Укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств, координационных способностей. <p>Развивающие (метапредметные):</p> <ul style="list-style-type: none"> -Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих. -Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить. -Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. <p>Воспитательные (личностные):</p> <ul style="list-style-type: none"> -Воспитание ценностного отношения к ЗОЖ, трудолюбия, волевых качеств. -Формирование навыков сотрудничества в разных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.
Основные понятия	Техника спринтерского бега, техника эстафетного бега. Закрепление понятия двигательных действий.
Междисциплинарные связи	<p>Формирование умения адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.</p> <p>Развитие умения выделять и формулировать то, что усвоено и, что нужно усвоить.</p> <p>Формирование умения контролировать, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.</p>
Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)	Умение проявлять внимательность и дисциплинированность. Формирование умения реагировать на звуковые команды. Умение технически правильно выполнять двигательные действия. Овладение навыками выполнения бега, добросовестное выполнение учебных заданий, стремление к освоению знаний и умений. Определить эффективную модель бега. Описывать технику старта, осваивать ее самостоятельно с выявлением и устранением ошибок.
Принципы обучения	наглядности, систематичности и последовательности, постепенности, индивидуализации, сознательности и активности
Место	спортивная площадка

проведения урока (занятия)	
Формы организации и образовательной деятельности	групповой, индивидуальный.
Средства обучения	Использование нестандартного оборудования, применение медиотехнологий
Технологии, методы, приемы обучения	групповой, индивидуальный. словесный, практический, наглядный, игровой.
Используемые методические разработки и дидактические материалы	<p>1)https://yandex.ru/video/preview/?text=%D0%B2%D0%B8%D0%B4%D0%B5%D0%BE%20-%D0%B2%D0%B8%D0%B4%D1%8B%20%D1%85%D0%BE%D0%B4%D1%8C%D0%B1%D1%8B%20%D0%BD%D0%B0%20%D1%83%D1%80%D0%BE%D0%BA%D0%B5%20%D1%84%D0%B8%D0%B7%D0%BA%D1%83%D0%BB%D1%8C%D1%82%D1%83%D1%80%D1%8B%20%D0%BD%D0%B0%20%D1%80%D0%B0%D0%B7%D0%BC%D0%B8%D0%BD%D0%BA%D0%B5&path=wizard&parent-reqid=1630159868386340-3809745617284257462-sas2-0451-sas-l7-balancer-8080-BAL-1104&wiz_type=vital&filmId=6500103361606620009 Виды ходьбы на уроке физкультуры на разминке</p> <p>2)https://yandex.ru/video/preview/?text=%D0%BE%D0%B1%D1%89%D0%B5%D1%80%D0%B0%D0%B7%D0%B2%D0%B8%D0%B2%D0%B0%D1%8E%D1%89%D0%B8%D0%B5%20%D1%83%D</p>

https://yandex.ru/video/preview/?text=%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%B6%D0%BD%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F%20%D0%BD%D0%B0%20%D1%83%D1%80%D0%BE%D0%BA%D0%B0%D1%85%20%D1%84%D0%B8%D0%B7%D0%BA%D1%83%D0%BB%D1%8C%D1%82%D1%83%D1%80%D1%8B&path=wizard&parent-reqid=1630160233821686-14755084223135081431-sas2-0451-sas-l7-balancer-8080-BAL-1585&wiz_type=vital&filmId=7044644785477718163 **Общеразвивающие упражнения на уроках**

физкультуры

3) https://yandex.ru/video/preview/?text=%D0%BF%D1%80%D0%B5%D0%B7%D0%B5%D0%BD%D1%82%D0%B0%D1%86%D0%B8%D1%8F%20%D0%BD%D0%B0%20%D1%82%D0%B5%D0%BC%D1%83%3A%20%C2%AB%D0%9F%D1%80%D0%B0%D0%B2%D0%B8%D0%BB%D0%B0%20%D1%81%D0%BE%D1%80%D0%B5%D0%B2%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B9%20%D0%B2%20%D1%81%D0%BF%D1%80%D0%B8%D0%BD%D1%82%D0%B5%D1%80%D1%81%D0%BA%D0%BE%D0%BC%20%D0%B1%D0%B5%D0%B3%D0%B5%C2%BB.&path=wizard&parent-reqid=1630160479715300-3593198665114449773-sas2-0451-sas-l7-balancer-8080-BAL-519&wiz_type=vital&filmId=6818013369798823212 **Правила соревнований в**

спринтерском беге

4) https://yandex.ru/video/preview/?text=%D0%BF%D0%BE%D0%B4%D0%B2%D0%BE%D0%B4%D1%8F%D1%89%D0%B8%D0%B5%20%D1%83%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%B6%D0%BD%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F%20%D0%BF%D1%80%D0%B8%20%D0%B2%D1%8B%D0%BF%D0%BE%D0%BB%D0%BD%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B8%20%D0%B1%D0%B5%D0%B3%D0%B0%20%D0%BD%D0%B0%20%D0%BA%D0%BE%D1%80%D0%BE%D1%82%D0%BA%D0%B8%D0%B5%20%D0%B4%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%B0%D0%BD%D1%86%D0%B8%D0%B8&path=wizard&parent-reqid=1630160845406656-15510661133026145286-sas2-0451-sas-l7-balancer-8080-BAL-7436&wiz_type=vital&filmId=10413832790978595042 **Специальные беговые**

	<p>упражнения</p> <p>5) https://yandex.ru/video/preview/?text=%D0%A2%D0%B5%D1%85%D0%BD%D0%B8%D0%BA%D0%B0%20%D0%BF%D0%B5%D1%80%D0%B5%D0%B4%D0%B0%D1%87%D0%B8%20%D1%8D%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%84%D0%B5%D1%82%D0%BD%D0%BE%D0%B9%20%D0%BF%D0%B0%D0%BB%D0%BE%D1%87%D0%BA%D0%B8.%20%D0%A2%D0%B5%D1%85%D0%BD%D0%B8%D0%BA%D0%B0%20%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%80%D1%82%D0%B0%20%D0%BD%D0%B0%20%D1%8D%D1%82%D0%B0%D0%BF%D0%B0%D1%85%20%D1%8D%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%84%D0%B5%D1%82%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D0%BE%20%D0%B1%D0%B5%D0%B3%D0%B0.&path=wizard&parent-reqid=1630160977407173-7458396369528565979-sas2-0451-sas-l7-balancer-8080-BAL-2940&wiz_type=vital&filmId=7587991349076219195 Техника передачи эстафетной палочки</p> <p>6) https://keeprun.ru/programs/shkolnye-normativy-po-begu-na-korotkie-i-dlinnye-distancii.html Нормативы по бегу на короткие и длинные дистанции</p> <p>7) https://гтокраснодар.рф/%D1%82%D0%B5%D1%85%D0%BD%D0%B8%D0%BA%D0%B0-%D0%B2%D1%8B%D0%BF%D0%BE%D0%BB%D0%BD%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F-%D0%B8%D1%81%D0%BF%D1%8B%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B9/%D0%B1%D0%B5%D0%B3-%D0%BD%D0%B0-%D0%BA%D0%BE%D1%80%D0%BE%D1%82%D0%BA%D0%B8%D0%B5-%D0%B4%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%B0%D0%BD%D1%86%D0%B8%D0%B8-2/ Нормативы Центра тестирования ВФСК ГТО. Бег на короткие дистанции.</p> <p>8) www.kanlicey.ru/metodika Видеоплакат по теме: «Встречная эстафета,6 класс»</p>
Кадровое обеспечение	Учитель физической культуры

Требования, особые условия и ограничения при реализации урока (занятия)	Мультимедийная установка и интернет
Методы и механизмы оценки результативности	У каждого учителя должна быть своя система оценки, она должна включать разнообразные средства и приёмы работы, чтобы учащиеся понимали, что учитель постоянно контролирует их успехи, уровень и качество овладения знаниями. Проверка результатов и проставление отметок производится самими учащимися. При такой форме проверки они ощущают значимость контроля, выясняют свои ошибки, при проставлении отметок развиваются самокритичность и ответственность.
Список литературы	<p>1. Бойко А. Ф. Слово об эстафете // Лёгкая атлетика. – 1975. – № 2. – С. 12–13.2</p> <p>2. Вилков И., Тюрин П. К победе – вчетвером // Лёгкая атлетика. – 1990. – № 5. – С. 20–21.</p> <p>3. Лёгкая атлетика: учеб. / под общ. ред. М. Е. Кобринского, Т. П. Юшкевича, А. Н. Конникова. – Минск: Тесей, 2005. – С. 99–105.</p> <p>4. Физическая культура 5-7 классы: учеб. для общеобразовательных учреждений (М. Я. Виленский, И. М. Туревский, Т. Ю. Торочкова и др.); под ред. М. Я. Виленского-2-е изд.-М.: Просвещение, 2013 г.</p> <p>Интернет ресурсы:</p> <p>1) https://yandex.ru/video/preview/?text=%D0%B2%D0%B8%D0%B4%D0%B5%D0%BE%20-%D0%B2%D0%B8%D0%B4%D1%8B%20%D1%85%D0%BE%D0%B4%D1%8C%D0%B1%D1%8B%20%D0%BD%D0%B0%20%D1%83%D1%80%D0%BE%D0%BA%D0%B5%20%D1%84%D0%B8%D0%B7%D0%BA%D1%83%D0%BB%D1%8C%D1%82%D1%83%D1%80%D1%8B%20%D0%BD%D0%B0%20%D1%80%D0%B0%D0%B7%D0%BC%D0%B8%D0%BD%D0%BA%D0%B5&path=wizard&parent-reqid=1630159868386340-3809745617284257462-sas2-0451-sas-l7-balancer-8080-BAL-1104&wiz_type=vital&filmId=6500103361606620009 Виды ходьбы на уроке физкультуры на разминке</p> <p>2) https://yandex.ru/video/preview/?text=%D0%BE%D0%B1%D1%89%D0%B5%D1%80%D0%B0%D</p>

<https://www.youtube.com/watch?v=7458396369528565979> Техника передачи эстафетной палочки

6) <https://keeprun.ru/programs/shkolnye-normativy-po-begu-na-korotkie-i-dlinnye-distancii.html>
 Нормативы по бегу на короткие и длинные дистанции

7) <https://гтокраснодар.рф/%D1%82%D0%B5%D1%85%D0%BD%D0%B8%D0%BA%D0%B0-%D0%B2%D1%8B%D0%BF%D0%BE%D0%BB%D0%BD%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F-%D0%B8%D1%81%D0%BF%D1%8B%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B9/%D0%B1%D0%B5%D0%B3-%D0%BD%D0%B0-%D0%BA%D0%BE%D1%80%D0%BE%D1%82%D0%BA%D0%B8%D0%B5-%D0%B4%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%B0%D0%BD%D1%86%D0%B8%D0%B8-2/>
 Нормативы Центра тестирования ВФСК ГТО. Бег на короткие дистанции.

8) www.kanlicev.ru/metodika Видеоплакат по теме: «Встречная эстафета, 6 класс»

Технология проведения урока (занятия)

Этап урока (занятия)	Цель и задачи	Время (в мин.)	Содержание урока (занятия): деятельность педагога (с описанием форм, средств, технологий, методов, приемов) и деятельность обучающихся	Общие методические указания по проведению урока (занятия)	Результаты
Ориентировочно-мотивационный	Создать эмоциональный настрой к изучению материала. Наводящими	12 мин	Построение, приветствие, рапорт. Ходьба -обычная -на носках, руки за спину, -на пятках, руки в стороны -на внешней, внутренней стороне стопы,	Обращать внимание на правильное выполнение упражнений (положение рук,	Проявление внимательности к окружающим и дисциплинированность. Формирование

	<p>вопросами вывести на задачи урока. Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока.</p>		<p>-задания на внимание (по свистку учителя). Бег: - в медленном темпе, -змейкой, -с высоким подниманием бедра, -с захлестыванием голени, -с изменением направления. Ходьба. https://yandex.ru/video/preview/?text=%D0%B2%D0%B8%D0%B4%D0%B5%D0%BE%20-%D0%B2%D0%B8%D0%B4%D1%8B%20%D1%85%D0%BE%D0%B4%D1%8C%D0%B1%D1%8B%20%D0%BD%D0%B0%20%D1%83%D1%80%D0%BE%D0%BA%D0%B5%20%D1%84%D0%B8%D0%B7%D0%BA%D1%83%D0%BB%D1%8C%D1%82%D1%83%D1%80%D1%8B%20%D0%BD%D0%B0%20%D1%80%D0%B0%D0%B7%D0%BC%D0%B8%D0%BD%D0%BA%D0%B5&path=wizard&parent-reqid=1630159868386340-3809745617284257462-sas2-0451-sas-17-balancer-8080-BAL-1104&wiz_type=vital&filmId=6500103361606620009 Виды ходьбы на уроке физкультуры на разминке</p>	<p>ног, обращать внимание на осанку). Создать эмоциональный настрой к выполнению заданий. Осуществить контроль за проведением ОРУ.</p>	<p>представления о физической культуре как о средстве укрепления здоровья, Отбирать важную информацию из беседы учителя. Пополнение знаний о разминки. Уметь реагировать на звуковые сигналы. Владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время занятия, умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, следить</p>
--	--	--	---	--	--

		<p>ОРУ (Общеразвивающие упражнения) №1</p> <p>https://yandex.ru/video/preview/?text=%D0%BE%D0%B1%D1%89%D0%B5%D1%80%D0%B0%D0%B7%D0%B2%D0%B8%D0%B2%D0%B0%D1%8E%D1%89%D0%B8%D0%B5%20%D1%83%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%B6%D0%BD%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F%20%D0%BD%D0%B0%20%D1%83%D1%80%D0%BE%D0%BA%D0%B0%D1%85%20%D1%84%D0%B8%D0%B7%D0%BA%D1%83%D0%BB%D1%8C%D1%82%D1%83%D1%80%D1%8B&path=wizard&parent-reqid=1630160233821686-14755084223135081431-sas2-0451-sas-17-balancer-8080-BAL-1585&wiz_type=vital&filmId=7044644785477718163 Общеразвивающие упражнения на уроке физкультуры</p> <p>Деятельность учителя: -провести построение, -проверить готовность к уроку, создать эмоциональный настрой к изучению материала. Наводящими вопросами вывести на задачи урока. Беседа на тему: «Правила соревнований в</p>		<p>за правильностью осанки. Уметь контролировать и оценивать свои действия. Отмечать свои ошибки при выполнении заданий. Формирование представления о дыхательных упражнениях нестандартным инвентарём, увеличивая жизненную ёмкость лёгких. Умение технически правильно выполнять двигательные действия. Формирование способности отбирать физические</p>
--	--	--	--	--

		<p>спринтерском беге».</p> <p>https://yandex.ru/video/preview/?text=%D0%BF%D1%80%D0%B5%D0%B7%D0%B5%D0%BD%D1%82%D0%B0%D1%86%D0%B8%D1%8F%20%D0%BD%D0%B0%20%D1%82%D0%B5%D0%BC%D1%83%3A%20C2%AB%D0%9F%D1%80%D0%B0%D0%B2%D0%B8%D0%BB%D0%B0%20%D1%81%D0%BE%D1%80%D0%B5%D0%B2%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B9%20%D0%B2%20%D1%81%D0%BF%D1%80%D0%B8%D0%BD%D1%82%D0%B5%D1%80%D1%81%D0%BA%D0%BE%D0%BC%20%D0%B1%D0%B5%D0%B3%D0%B5%C2%BB.&path=wizard&parent-reqid=1630160479715300-3593198665114449773-sas2-0451-sas-17-balancer-8080-BAL-519&wiz_type=vital&filmId=6818013369798823212 Техника передачи эстафетной палочки</p> <p>Подготовить организм занимающихся к работе в основной части урока. Деятельность учащихся: Выполнить построение в шеренгу по одному. Сдать рапорт дежурного. Слушают наводящие вопросы учителя.</p>		<p>упражнения по их направленности и составлять из них специальные комплексы.</p>
--	--	--	--	---

			<p>Формулируют тему урока. Отвечают для чего это нужно. Выполняют команды. Проводится комплекс упражнений. https://yandex.ru/video/preview/?text=%D0%BF%D0%BE%D0%B4%D0%B2%D0%BE%D0%B4%D1%8F%D1%89%D0%B8%D0%B5%20%D1%83%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%B6%D0%BD%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F%20%D0%BF%D1%80%D0%B8%20%D0%B2%D1%8B%D0%BF%D0%BE%D0%BB%D0%BD%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B8%20%D0%B1%D0%B5%D0%B3%D0%B0%20%D0%BD%D0%B0%20%D0%BA%D0%BE%D1%80%D0%BE%D1%82%D0%BA%D0%B8%D0%B5%20%D0%B4%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%B0%D0%BD%D1%86%D0%B8%D0%B8&path=wizard&parent-reqid=1630160845406656-15510661133026145286-sas2-0451-sas-17-balancer-8080-BAL-7436&wiz_type=vital&filmId=10413832790978595042 Специальные беговые упражнения</p>		
Операционно-исполнительский	Овладение навыками выполнения бега, добросовестное	23 мин	Бег (60 м) на результат Приложение №1. Старт. После того как дети узнали нормативы и	В процессе выполнения допущенные ошибки	Овладение навыками выполнения бега, добросовестное

	<p>выполнение учебных заданий, стремление к освоению знаний и умений. Описывать технику старта, осваивать ее самостоятельно с выявлением и устранением ошибок.</p>		<p>уровень их подготовки при беге на 60 метров, они самостоятельно оценивают себя по выполненному виду двигательной активности. Дети сами проговаривают свои ошибки и планируют над чем они должны работать дома.</p> <p>Приложение №2. Встречная эстафета.</p> <p>Деятельность учителя: Основные положения бегуна по командам «На старт!»; «Внимание!» «Марш!» и особенности стартового разгона. По мере освоения техники выполнения высокого старта стартовые отрезки удлиняются, а скорость их пробегания увеличивается.</p> <p>https://yandex.ru/video/preview/?text=%D0%A2%D0%B5%D1%85%D0%BD%D0%B8%D0%BA%D0%B0%20%D0%BF%D0%B5%D1%80%D0%B5%D0%B4%D0%B0%D1%87%D0%B8%20%D1%8D%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%84%D0%B5%D1%82%D0%BD%D0%BE%D0%B9%20%D0%BF%D0%B0%D0%BB%D0%BE%D1%87%D0%BA%D0%B8.%20%D0%A2%D0%B5%D1%85%D0%BD%D0%B8%D0%BA%D0%B0%20%D1%81%D1%82%D0%B</p>	<p>являются д/з (для каждого индивидуально). Освобожденные принимают участие в подготовке и выдаче инвентаря, выявляют допущенные ошибки других учащихся. Дети, которые не могут выполнить, данное упражнение отрабатывают технику отдельных элементов.</p>	<p>выполнение учебных заданий, стремление к освоению знаний и умений. Овладение навыками изучаемого двигательного действия в изменяющихся внешних условиях. Определить эффективную модель бега. Описывать технику старта, осваивать ее самостоятельно с выявлением и устранением ошибок. Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного выполнения</p>
--	--	--	--	---	--

			<p>https://www.youtube.com/watch?v=7458396369528565979-sas2-0451-sas-17-balancer-8080-BAL-2940&wiz_type=vital&filmId=7587991349076219195 Техника передачи эстафетной палочки. Техника старта на этапах эстафетного бега.</p> <p>Деятельность учащихся: Выполняют задания.</p>		<p>упражнений, соблюдать правила безопасности. Применение освоенных двигательных действий в игровой деятельности. Умение оценивать свое выполнение двигательных действий.</p>
Рефлексивно-оценочный	<p>Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты. Владение умением находить компромиссы. Формирование умения оценивать</p>	5 мин.	<p>Провести построение. Провести беседу. Отметить всех учеников. Указать, за что ставится определенная оценка. https://keeprun.ru/programs/shkolnye-normativy-po-begu-na-kороткие-i-dlinnye-distancii.html Школьные нормативы по бегу на короткие и длинные дистанции. https://гтокраснодар.рф/%D1%82%D0%B5%D1%85%D0%BD%D0%B8%D0%BA%D0%B0-</p>	<p>Желательно указывать только положительные моменты.</p>	<p>Формирование умения анализировать и объективно оценивать свои результаты. Владение умением находить компромиссы. Формирование умения</p>

	<p>свою работу на уроке.</p>	<p>%D0%B2%D1%8B%D0%BF%D0%BE%D0%BB%D0%BD%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F-%D0%B8%D1%81%D0%BF%D1%8B%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B9/%D0%B1%D0%B5%D0%B3-%D0%BD%D0%B0-%D0%BA%D0%BE%D1%80%D0%BE%D1%82%D0%BA%D0%B8%D0%B5-%D0%B4%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%B0%D0%BD%D1%86%D0%B8%D0%B8-2/ Нормативы Центра тестирования ВФСК ГТО. Бег на короткие дистанции.</p> <p>Дети сами ставят себе оценки, делают замечания и дают рекомендации (дают домашнее задание).</p> <p>Видеоплакат для домашнего задания. www.kanlicev.ru/metodika Видеоплакат по теме: «Встречная эстафета,6 класс»</p>	<p>оценивать свою работу на уроке</p>
--	------------------------------	---	---------------------------------------

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение №1. Старт.



«На старт!»



«Марш!»

Приложение №2. Встречная эстафета.

