

Министерство образования и науки РД  
МОКУ «Комсомольская СОШ»  
Кизилюртовский район



Учитель физической  
культуры

Абулайсова

Альбина  
Сайдахмедовна

Урок физической культуры в 5  
классе



**Тема  
урока:**



***Легкая атлетика. Изучение  
техники прыжка в длину с  
разбега.***

**Цели обучения,  
которые  
достигаются  
на данном уроке**



***5.1.2.2. Знать и уметь  
выполнять комбинации  
движений и их  
последовательность в  
некоторых упражнениях***



**Цели урока:**



- 1. Прививать любовь к физической культуре.***
- 2. Способствовать развитию скоростно-силовых двигательных качеств, морально-волевых (упорства, целеустремленности) качеств.***
- 3. Способствовать укреплению здоровья, повышению функциональных возможностей организма.***



# Ожидаемые результаты



Все учащиеся будут уметь:

*Выполнять прыжки.  
Выполнять бег широким и мелким шагом.*

Большинство учащихся будут уметь:

*Подбирать расстояние разбега, определять толчковую ногу.*

Некоторые учащиеся будут уметь:

*Правильно координировать движения ног и рук при прыжках при выполнении прыжка.*



# Критерии успеха



Учащиеся будут  
знать и применять  
навыки на практике  
распределять роли  
между учащимися и  
собой лично

Учащийся будет  
уметь правильно  
подбирать  
расстояние разбега,  
определять  
толчковую ногу,  
координировать  
работу рук и ног при  
выполнении  
прыжка.



Учащийся будут  
создавать  
совместно с классом  
оптимальные  
варианты для  
достижения цели  
урока.

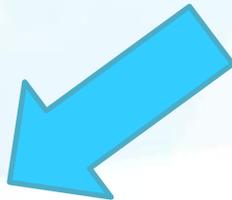
Будут  
анализировать,  
обсуждать,  
оценивать работу  
учащихся в группе и  
индивидуально.



# Ход урока

## Начало урока

Целеполагание



**Загадка и  
стихотворени  
е**

Мотивация



**«Волк во рву» мы используем активные методы. Правила: «козочки» перебегают с одного пастбища на другое, а «волки» в центре перепрыгивают. Кого «волки» осалили, тот выходит из игры.**

Применение ИКТ



**Показ видеоролика «Прыжок в длину с разбега»**





## Середина урока

Используем критериальное оценивание через упражнение техники прыжка в длину с разбега

**Разбег**

1-правильно  
0 – не правильно

**Отталкивание**

1-правильно  
0 – не правильно

**Критерии**

**Полет**

1-правильно  
0 – не правильно

**Приземление**

1-правильно  
0 – не правильно



## Активное обучение

Игра "Прыгай  
дальше"

Цель: развитие  
силы, ловкости,  
прыгучести.



Деление на группы  
(дифференциация)

Самостоятельное  
отрабатывание  
прыжков по группам.  
1гр - 8 прыжков слабо  
выполняющие  
2гр – 6 прыжков средне  
выполняющие  
3гр – 4 прыжка хорошо  
выполняющие





# Конец урока Подведение итогов урока

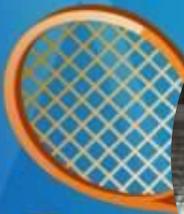


**Приём  
«Распрашивание  
и выяснение»**

**Рефлексия  
приём  
«заверши  
фразу»**



- Я знал.....
- Было интересно.....
- Было трудно .....
- Я узнал .....
- Теперь я могу....
- Я научился.....





## Дифференциация

В ходе урока использую дифференцированный подход. При работе в группах делю учащихся по уровню физической подготовки.

## Оценивание

Активные методы обучения

- обратная связь
- групповая работа
- индивидуальная работа
- игровая форма обучения

Использование ИКТ

Для мотивации учащихся использую загадки и стихотворения

Прием «Вопрос ответ»

Прием «Заверши фразу»

Прием

## Здоровье и соблюдение техники безопасности

Для создания коллаборативной среды я использовала на уроках фрагменты видеороликов, игры «Волк во рву», «Прыгай дальше», который помог поднять настроение и стимулировал ребят к достижению последующих результатов.

Здоровьесберегающие технологии.

Пункты, применяемые из правил техники безопасности на данном уроке.

Межпредметные связи с ОБЖ, естествознание и



**Спасибо за  
внимание**