**МКОУ "Чинарская средняя общеобразовательная школа №1"**

**КОНСПЕКТ УРОКА**

**на тему:**

**"Кроссовая подготовка"**

**Провела: учитель физической культуры**

**Гасанова Д.Ш., 8 кл.**

**2016 г.**

**Тема урока:**«Бег по пересеченной местности. Преодоление препятствий».

**Класс:** 8

**Дата:** 14.10.2016 г.

**Цель:**создать условия для формирования у обучающихся представлений о технике выполнения бега по пересеченной местности, преодолении препятствий; развитие физических качеств (выносливость).

**Учебные задачи:**

**1. Направленные на достижение предметных результатов обучения:**

*Обучающийся научится:*

* представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
* бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
* ознакомить с техникой бега по пересеченной местности.

**2. Направленные на достижение метапредметных результатов обучения:**

*Обучающийся научится:*

* общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения, взаимопомощи и дружбы;
* умение планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
* технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой деятельности.

3. **Направленные на достижение личностных результатов:**

*У обучающегося будут сформированы:*

* положительные качества личности и умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях;
* проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
* освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

**Инвентарь для учителя:** спортивная форма, свисток, флажки, обручи, волейбольный мяч, мел.

**Инвентарь для обучающихся:**спортивная форма.

**Технологическая карта урока**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Этап урока** | **Деятельность учителя** | **Деятельность учащихся** | **УУД** |
| **I. Организационный этап** | Приветствует обучающихся: Здравствуйте!  Меня зовут Александра Александровна.  Сегодня я проведу урок физкультуры.  Создает эмоциональный настрой на изучение нового материала. Проверяет готовность обучающихся к уроку. Озвучивает тему и цель урока. | Воспринимают информацию учителя на слух. | **Личностные:**  внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к уроку физической культуры. |
| **II. Этап актуализации знаний** | Дает команду: «Равняйсь! Смирно!».  Напоминает технику безопасности на уроке физкультуры.  Дает команду: «Направо!»  Дает команду «Шагом марш!».  Дает команду «Руки на поясе, на носках марш!»  Дает команду «Руки за голову, ходьба на пятках марш!»  Дает команду: «Обычным шагом марш!»  Дает команду: «Руки на поясе, приставными шагами бегом марш!»  «Другим боком!»  Дает команду: «В равномерном темпе бегом марш!»  Дает команду: «Шагом марш!»  Восстановление дыхания – 2 круга.  «Направляющий на месте. Стой! Раз-два! Налево!»  Дает команду: «На 1, 2 – рассчитайсь!»  Дает команду: «В две шеренги становись!».  Дает команду: «На вытянутые руки разомкнись!»  Проводит ОРУ на месте | Внимательно слушают учителя.  Вступают в диалог и вспоминают ТБ при выполнении разминки.  Выполняют ходьбу.  Выполняют ходьбу с заданием.  Выполняют бег с заданием.  Выполняют бег в равномерном темпе.  Восстанавливают дыхание.  Выполняют перестроение в 2 шеренги.  Выполняют физические упражнения. | **Регулятивные:** контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном.  **Личностные:**  установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. |
| **III. Изучение нового материала** | Проводит беседу о беге по пересеченной местности. Напоминает учащимся о ТБ во время бега по пересеченной местности с преодолением препятствий.  Объясняет технику выполнения бега по пересеченной местности.  Контролирует правильность выполнениябега по пересеченной местности с преодолением препятствий.  Микроитог. | Учащиеся знакомятся с техникой безопасности на слух.  Внимательно слушают учителя.  Выполняют бег с преодолением препятствий. | **Познавательные:** знакомятся с техникой бега по пересеченной местности с преодолением препятствий.  **Регулятивные:** прогнозирование результатаусвоения изучаемого материала. |
| **IV. Первичное осмысление и закрепление** | Проводит игру большой подвижности «Мяч с топотом» .  Проводит игру малой подвижности «Правильно-неправильно».  Создает эмоциональный настрой и обеспечивает мотивацию выполнения.  Микроитог. | Принимают активное участие в играх. | **Регулятивные:** принимают и сохраняют учебную задачу в процессе участия в играх.  **Коммуникативные:** формирование умения работать в коллективе, договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности. |
| **V. Итог урока.**  **Рефлексия** | Дает команду: «Класс в одну шеренгу становись! Равняйсь! Смирно!».  Подводит итог урока.  1.Чем мы сегодня с вами занимались на уроке?  2.С какой техникой какого бега мы сегодня познакомились?  3. Какие игры вам понравились? | Обучающиеся вступают в диалог с учителем и подводят итог урока. | **Личностные:**  понимают значение знаний для человека, прогнозируют уровень достигнутого на уроке. |