



**Автор:** Алибаев Дулат Ахметбекович

**Предмет:** Физическая культура

**Класс:** 5 класс

**Раздел:** Обучение навыкам бега, прыжкам и метаний

**Тема:** Техника безопасности. Изучение техники бега на короткие дистанции.

Цели обучения (ссылка на учебную программу):	5.3.4.4. Быть осведомленным в вопросах техники безопасности при выполнении физических упражнений, направленных на укрепление здоровья.
Цели урока:	1. Соблюдать технику безопасности на уроке. 2. Иметь представление о правильном выполнении положения на старте.
Языковые цели:	Заступ, старт, финиш, отмашка рук, спринт, беговая дорожка, секундомер.
Ожидаемый результат:	Большинство: Выполнять стартовый разгон Некоторые: Выполнять технику бега на короткую дистанцию на результат.
Критерии успеха:	
Привитие ценностей:	
Навыки использования ИКТ:	
Межпредметная связь:	Математика- Общеразвивающие упражнения под счет, бег по времени. Биология - Частота сердечных сокращений (ЧСС), опрос о самочувствии перед уроком.
Предыдущие знания:	

### Ход урока

Этапы урока	Запланированная деятельность на уроке	Ресурсы
Начало урока (10-15 мин)	По команде учителя дети выполняют строевые упражнения: Затем учащиеся выполняют упражнения в ходьбе. Специально-беговые упражнения: Упражнения для восстановления дыхания на месте: ФО: учитель оценивает. Дескриптор: правильно выполняет общеразвивающее упражнение, специально беговые упражнения, соблюдает технику безопасности. Просмотр видео "Безопасность при беге"	
Середина урока (20-25)	<b>"Метод Джигсо"</b> класс делится на группы 1-бег на короткие дистанции, 2-стартовый разгон, 3 - низкий разгон, 4 - высокий разгон. дескриптор: демонстрируют технику безопасности при выполнении бега на короткие дистанций, высокого старта, низкого старта. Соблюдают дистанцию.	
Конец урока (5 мин)	<b>Опрос учащихся о ТБ при беге на короткую дистанцию</b> Можно ли становиться на старт без команды учителя? Можно ли заступать линию на старте? Можно ли забегать на соседнюю дорожку? Взаимооценивание: Прием "Светофор" <b>Красный</b> - выполняли недостаточно хорошо. <b>Желтый</b> - выполняли хорошо. <b>Зелёный</b> - выполняли отлично	
Рефлексия (1-2)	Прием "Оценочная лесенка"	