АВТОНОМНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАНИЯ
«НАЗАРБАЕВ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫЕ ШКОЛЫ»

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Учебный план

2018-2019 учебный год

6 класс

smk.edu.kz

Долгосрочный план

Предмет: Физкультура. 6 класс

1 Четверть	2 Четверть	3 Четверть	4 Четверть
Раздел 1 – Развитие навыков бега, прыжков и метания Техника безопасности. • Реакция организма на различные физические нагрузки • Последовательность в беге и прыжках • Броски и метания различных снарядов • Командная работа в эстафетах	**Раздел 3 – Укрепление организма через гимнастику.** • Техника безопасности. Элементы строевых упражнений. • Выполнение акробатических упражнений и комбинаций • Самоконтроль при выполнении упражнений на снарядах. • Групповые композиции.	**Раздел 5 –Лыжная/ кроссовая/коньковая подготовка** • Техника безопасности. • Развитие специфических двигательных способностей • Упражнения на развитие силы и выносливости • Творческие задания на прохождение дистанции	**Раздел 7 – Развитие навыков и понимания в играх-вторжениях** • Техника безопасности. Развитие основных элементов техники владения мячом • Навыки ориентирования в игровом пространстве • Основы тактических действий • Обзор и демонстрация собственных игр
Раздел 2 –Командные спортивные игры • Развитие навыков техники игры • Использование тактических действий в спортивных играх • Развитие лидерских навыков работы в команде	**Раздел 4 –Казахские национальные и интеллектуальные игры** • Казахские национальные игры • Изучение ряда стратегий и тактик в рамках национальной игры	**Раздел 6 – Приключенческие игры** • Развитие навыков сотрудничества • Решение проблем посредством игр • Развитие критического мышления через приключенческие игры • «Честная игра» и сотрудничество	**Раздел 8 –Активный образ жизни через лёгкую атлетику** • Развитие адаптационных способностей организма • Элементы динамической разминки • Укрепление здоровья через двигательную активность

Примечания:

Раздел – это несколько уроков, основанных на общей теме.

Темы составлены так, чтобы долгосрочное планирование и рекомендуемые виды деятельности, предполагаемые в среднесрочных планах, изучались в контексте предмета. В каждой четверти по два раздела. На каждую тему в четвертях отведено разное количество времени.

smk.edu.kz

К = весь класс
Г = групповая работа
П = парная работа
И = индивидуальная работа
Э = эксперимент учащегося
Д = демонстрация учителя
Ф = формативное оценивание

smk.edu.kz

Оязыковых целях

Преподавая предметное содержание через дополнительные языки, Интеллектуальные школы стремятся создать такую среду, которая способствовала бы обучению, как предметного содержания, так и языка в целом. Каждый предмет имеет свой собственный стиль речи, который можно назвать «**академическим языком**» конкретного предмета. Академический язык является ключевым инструментом для изучения предметного содержания и улучшения способности думать и работать с понятиями предмета. Большинство учащихся, обучающихся с помощью *дополнительного языка*, требуют поддержки на протяжении всего их образования, чтобы стать опытными пользователями (второго или третьего языка) академического языка. В трехъязычном контексте образования, развитие *первого языка*, академического языка также требует систематического внимания для того, чтобы уменьшить время, отведенное на обучение посредством первого языка.

Языковые цели являются важным инструментом, используемым в планировании и управлении изучением научного языка. Четкие и ясные языковые цели объясняют учащимся, чего от них ожидают. Кроме того, языковые цели помогают учителям и ученикам создавать, измерять и сохранять мотивацию к обучению. Учителя-предметники, которые поддерживают последовательное, двойное внимание на предметном содержании и академическом языке обучения, помогают учащимся, делать то же самое и для более эффективного управления обучения обоих. Даже на уровне начальной школы, в центре внимания язык имеет решающее значение для того, чтобы развивать обучение через диалог, и практиковать язык предмета, через объяснения, обсуждения и обоснования. Такой подход в использовании языка может значительно улучшить учебный процесс, как в основной, так и старшей школе. В целях поддержки обучения академическому языку, предполагается, что учителя систематически включают следующие цели обучения в планы уроков:

- Создание видимого и привлекающего внимания учащихся **академического языка** (например, ключевые слова и фразы, необходимые для достижения целей обучения)
- Предоставление учащимся **языка в классе**, необходимого для работы с понятиями, содержанием предмета (например, фразы, необходимые для выполнения групповой работы, что создает спрос на вопросы, анализ ситуации и ведение дискуссий/дебатов)
- **Предварительное преподавание** и, прежде всего **предварительное использования** в значимом контексте ключевых слов и фраз, необходимых для освоения использования понятий содержания
- Использование учащимися **всех четырех языковых навыков** в различных комбинациях (например, чтение-слушание, чтение-письмо, чтение-говорение, слушание-письмо и т.д.) для различных значимых целей
- Вовлеченность учащихся в **исследовательский диалог** (например, избегая ответов на вопросы, которые просто демонстрируют знания, и вместо этого используя знания для устойчивого обсуждения и обеспечение богатым языком, учащиеся могут поддерживать диалог)
- Обучение **учебным навыкам**, характерным для языка (например, селективное слушание, просьба о разъяснении, разработки металингвистической и метакогнитивной осведомленности, перефразирование, словарные навыки)
- Поощрение **критического мышления** о языке (например, сравнивая языки, побуждая учащихся точнее использовать язык, оценивая прогресс в языке обучения)
- обозначение **языковой цели** в начале урока и обсуждение прогресса в достижении цели в конце урока.

Пример языковой цели (целей) предоставлен на каждом первичном разделе учебного плана. Языковая цель также включает относящиеся к теме (1) **предметная лексика и терминология**, в которой учащиеся нуждаются в поддержке во время использования и изучения (2) серии **полезных фраз длядиалога/письма**. Например, *обсуждаемые вопросы*

smk.edu.kz

способствуют обмену идеями учащихся, умению слушать и оценивать вклад других учащихся и строить обучение.
Вопросы: *Можете ли вы сказать, почему...?*воодушевляют учащихся отражать, обобщать и использовать соответствующий язык для убеждения и оправдания. *Письменные подсказки* помогают учащимся в планировании и структурировании своего письма.

Делая данный язык понятным для учащихся, цели обучения в разделе становятся достижимы. Другие цели обучения могут быть сформулированы с использованием например, следующих слов: проанализировать, задать вопросы, классифицировать, выбрать, сравнить, провести связь, сопоставить, копировать, создать, критиковать, определить, описать, разработать, оценить, объяснить, привести примеры, гипотезу, идентифицировать, доказать, провести обсуждение, предсказать, создать, представить альтернативные решения, привести причины, пересмотреть, реорганизовать, перефразировать, пересказать, повторить, переписать, инсценировать в ролевой игре, подвести итог, синтезировать и написать, использовать для различных целей. При использовании данных слов цели четко сформулированы, что способствует эффективности процесса обучения.
Даже если некоторые из языковых целей можно считать за цели содержания предмета, процесс разделения целей поможет учащимся уделять внимание содержанию и языку. Это поможет уравновесить внимание, уделяемое самим ответам/решениям, и процессам, используемым для нахождения ответов/решений. В частности, ориентир на процессы будет поддерживать точное использование языка и повышенную точность в мышлении

smk.edu.kz

Среднесрочный план.

Физическая культура. Основная школа. 6 класс		
Раздел 1: Развитие навыков бега, прыжков и метания		
Предварительные знания		
Учащиеся имеют знания по разделу «Лёгкая атлетика» из предыдущих классов и внеклассных занятий.		
Контекст		
Учащиеся улучшают свои навыки по бегу, прыжкам и метанию в совместных учебных заданиях.		
Языковая цель обучения данного раздела **Пример** языковой цели обучения с соответствующей академической и школьной терминологией приведен ниже, для того чтобы помочь учащимся достичь цели изучения предмета данного раздела.		
Языковая цель обучения	**Предметная лексика и терминология**	**Полезные фразы для диалога**
Учащиеся могут: • Демонстрировать свои двигательные навыкив беге, прыжках и метании	Включает: • безопасность, травмоопасные ситуации • спортивно-специфические двигательные действия • физическая нагрузка, разминки и техники восстановления • энергетическая система организма • броски, метания • комбинации движений, последовательность • точности, контроль, маневренность • эстафеты, ускорение, командная работа	Вопросы для обсуждения: • С какими травмоопасными ситуациями вы можете столкнуться при выполнении предложенной игры и как их избежать? • Какие спортивно-специфические двигательные действия применялись в этом задании? • Как разминка влияет на организм? • Какие двигательные навыки развивает эстафетный бег? • Как можно улучшить технику метания? • Была ли обратная связь, представленная вашим партнером полезной?
См. выше «О языковых целях» для формирования других языковых целей, и для дополнительных указаний по языковым учебным целям, которые применяются к преподаванию и изучению академического языка		
Краткое содержание		
В данном разделе учащиеся работают над развитием навыков бега, прыжков и метания. Улучшают свою индивидуальную технику движений		

smk.edu.kz

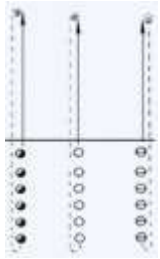
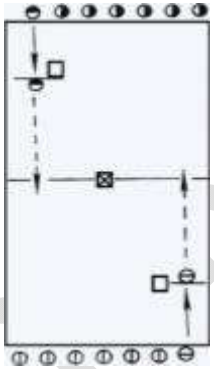
при выполнении ряда легкоатлетических упражнений. Учащиеся демонстрируюткомпоненты разминки и техники восстановления, разрабатывают упражнения с различной физической нагрузкой, объясняя их влияние на энергетическую систему организма.

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки для учителя по методике преподавания	Учебные ресурсы
3.4 разрабатывать и применять стратегии управления рисками в ряде физических нагрузок, направленных на укрепление здоровья	6.3.4.1 - понимать спортивно-специфическую технику безопасности, нормы и правила, направленные на укрепление здоровья	**Техника безопасности.** **Реакция организма на различные физические нагрузки**		
		(К) Общие требования по технике безопасности при занятиях лёгкой атлетикой.	Инструктаж по технике безопасности в зависимости от видов предполагаемой деятельности	Большое свободное пространство. Ссылка на технику безопасности на уроках легкой атлетики http://osh92.ru/publ/4-1-0-126
		(Г, П, Ф) Команды располагаются в шеренгах на расстоянии 5 м одна от другой. По сигналу обе шеренги бегут вперед. Задача игроков, находящихся сзади, — осалить бегущих впереди. После подсчета осаленных проводится обратный забег, причем команды меняются ролями.	Обратите внимание учащихся на технику безопасности во время выполнения данного задания. Вариант игры: игроки распределяются по четырем шеренгам. Игроки одной команды составляют первую и третью шеренги, второй — вторую и четвертую. Задача игроков каждой шеренги — коснуться рукой бегущего впереди игрока и не дать бегущему сзади осалить себя. При обратных перебежках команды меняются ролями.	Свисток, фишки, мел Ссылка влияние физических нагрузок на организм человека http://www.everlive.ru/how-physical-activity-affects-a-body/

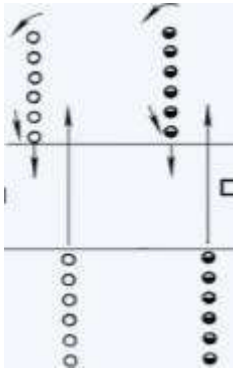
smk.edu.kz

		(Г, И, Ф) Учащиеся игры выстраиваются в колонну по одному. Каждый игрок берется руками за пояс предыдущего. Первый игрок — это "голова", а последний — "хвост". По сигналу преподавателя "голова" старается догнать "хвост". Через определенное время команды меняются местами.	Если "голове" удается за условленное время догнать «хвост», то оба игрока переходят в середину цепочки, если же нет — то переходит только «голова». Побеждает команда, сумевшая догнать другую команду большее количество раз. Участники могут передвигаться различными заранее условленными способами, только не разрывая цепь. Спросите:с какимитравмоопасными ситуациямивы можете столкнуться при выполнении предложенной игры и как их избежать по вашему мнению? Какие спортивно-специфические двигательные действия применялись в этом задании? Что происходит в организме под действием физических нагрузок?	Ссылка влияние физических нагрузок на организм человека http://vahe-zdorovye.ru/novosti/vliyanie-fizicheskix-uprazhnenij-na-organizm-cheloveka
3.2 разрабатывать и проводить подходящие для видов деятельности разминки и техники восстановления	6.3.2.1 - объяснять влияние на организм ключевых компонентов разминки и техники восстановления и воспроизводить их	**Последовательность в беге и прыжках** **(Г, И, Ф)** Учащиеся делятся на малые группы. Первые номера прыгают на одной ноге к обозначенному препятствию (конус, набивной мяч, гимнастическая скамейка, резиновый шнур, мат и т. д.) и перепрыгивают его способом прыжок в длину с места. Оббегают фишку и бегом по прямой возвращаются назад.	Игровая разминка представляет собой классическую разминку, в которой вместо медленного бега, беговых и прыжковых упражнений и ускорений применяется какая-нибудь подвижная игра. Главная задача таких игр разогреть мышцы и не получить травм. Такая разминка снимает эмоциональное напряжение, дает возможность побегать, попрыгать легко, свободно.	Большое свободное пространство Свисток,конус, набивной мяч, гимнастическая скамейка, мат, фишки, мел. Ссылка на разминочные упражнения: http://www.tula-tf.ru/articles/elementy_razminki_ili_kak_pod

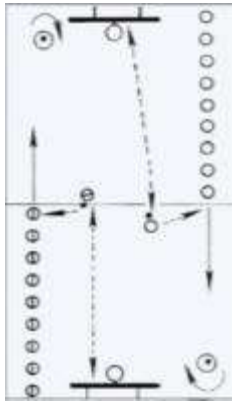
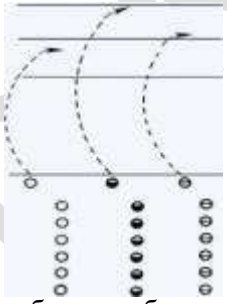
sm.edu.kz

		 **(Г, Ф)** Учащиеся делятся на малые группы. Участники групп соревнуются в выполнении следующих коллективных прыжков: 1) руки на плечах впереди стоящего или на поясе, прыжки на двух или одной ноге; 2) правая (левая) рука на плече, левая (правая) удерживает ногу впереди стоящего партнера, прыжки те же; 3) левая рука на плече впереди стоящего партнера, а правая нога, поднятая вперед, удерживается впереди стоящим партнером, прыжки те же.	После игры провести комплекс ОРУ. Спросите: как разминка влияет на организм? Какие упражнения для восстановления мышц ног вы знаете?	gotovit_sebya_k_trenirovke.html Ссылка на разминочные упражнения: http://okafish.ru/tennis/114_123.htm
3.3 изучать и испытывать на практике упражнения различной физической нагрузки, их влияние и связь с энергетической системой организма	6.3.3.1 - предлагать и демонстрировать упражнения с различной физической нагрузкой и их влияние на энергетическую систему организма по внешним признакам;	**(Г, И, Ф)**Команды учащихся располагаются по  краям площадки лицом друг к другу. Между командами проводится средняя линия. По сигналу игроки команд прыгают (толкаясь двумя ногами с места) навстречу к средней линии. После прыжка первого номера отмечается линия его приземления. Игрок возвращается в свою команду, а с места его приземления к средней линии прыгает очередной игрок этой команды. Если последнему игроку удалось преодолеть среднюю линию, то его команда побеждает.	Прыжки весьма эффективны и за короткое время разогревают организм человека.При индивидуальном подходе рекомендуется активно использовать скакалку, но при групповом подходе следует пользоваться несколько иным набором прыжковых упражнений. Вариант прыжка: тройной прыжок с места. Линию начала прыжка в этом случае относят назад настолько, чтобы можно было достигнуть средней линии. Спросите: как прыжковые упражнения, выполненные вами, влияют на работу функциональной системы	Большое свободное пространство Свисток, фишки, мел, эстафетная палочка Ссылка комплекс прыжковых упражнений http://fialka63.narod.ru/Pryshki.htm

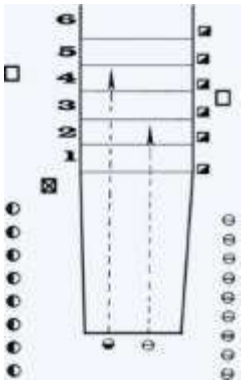
sch.kz

		 **(К, И, Ф)**Учащиеся каждой команды распределяются на две встречные колонны. Первые игроки одной колонны принимают старт с эстафетными палочками в руках, бегут к противоположной половине своей команды и огибают ее. Подбежав к началу колонны, они передают эстафетную палочку головному игроку колонны, который обегает вокруг противостоящей колонны и, в свою очередь, передает эстафету игроку, стоящему впереди этой колонны, и т. д. Побеждает команда, быстрее закончившая эстафету и имеющая меньше штрафных очков.	организма? Необходимо соблюдать все правила эстафетного бега.За нарушение правил назначается штрафное очко. Соревнование заканчивается, когда игроки в колоннах поменяются местами на площадке (или в случае двойной пробежки снова окажутся на своих местах).Спросите: Как вы себя чувствуете после эстафетного бега? (темп сердцебиения, дыхание, температура тела, потливость). Какие двигательные навыки развивает эстафетный бег?	Ссылка на эстафетный бег http://kakbegat.com/25-jestafetnyj-beg.html

smk.edu.kz

1.2 создавать и применять комбинации движений и их последовательность в различных видах физических упражнений	6.1.2.1 - уметь составлять и выполнять комбинации движений и их последовательность в некоторых упражнениях	**Броски и метания различных снарядов**  **(К, И, Ф)** Учащиеся выстраиваются в колонны по одному. По сигналу первые игроки бегут до поворотной стойки, огибают ее и добегают до линии броска. Выполняют бросок в цель, ловят мяч и передают его в свою колонну следующему участнику, который продолжает эстафету, а сами становятся в конец колонны. Побеждает команда, раньше закончившая эстафету.	Бег и метание в цель необходимо выполнять условленным способом. В случае непопадания мячом в цель игроки должны повторять броски до тех пор, пока мяч не достигнет цели, и только после этого следует передать его в колонну очередному участнику. Целью для броска могут быть: баскетбольный щит, кольцо, мишень на стене.На начальной стадии игры броски можно совершать без целевого попадания.Эстафету можно усложнить за счет увеличения количества бросков и изменения способов их выполнения. Спросите: какие элементы вы бы добавили, чтобы улучшить эту игру?	Большое свободное пространство Свисток, мел,фишки, конусы,набивные мячи, ядро, теннисный мяч Ссылка технику метаний http://sportwiki.to/%D0%A2%D0%B5%D1%85%D0%BD%D0%B8%D0%BA%D0%B0_%D0%BC%D0%B5%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D1%8F_%D0%B2_%D0%BB%D0%B5%D0%B3%D0%BA%D0%BE%D0%B9_%D0%B0%D1%82%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B5
	6.1.1.1 применять двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности в небольшом диапазоне спортивно-специфических двигательных действий	 **(Г, И, Ф)** Метание (толкание) проводят по очереди тремя набивными мячами или ядрами. Чем дальше находится точка, в которой приземляется снаряд, тем больше очков набирает метатель. Побеждает команда, набравшая большее количество очков.	Метать или толкать следует установленным способом. Падение снаряда за пределы указанного сектора не оценивается. Очки начисляются с зачетной линии (по одному очку добавляется за каждую линейную отметку). Спросите: можете ли вы предложить альтернативу этому заданию?	

sdk.edu.kz

		 **(Г, П, Ф)** Учащиеся выстраиваются в шеренги, число игроков в которых должно соответствовать количеству набивных мячей. Игроки толкают набивной мяч в заданном направлении на максимальный результат, стараясь при этом не заступить за черту. Победитель определяется по сумме набранных очков.	Для простоты подсчета очков сбоку, напротив размеченных линий, ставят флажки с указанием количества очков, которые можно получить за тот или иной результат. Очки начисляются только при пересечении мячом зачетной линии. Варианты метания: 1) стоя боком, с места; 2) со скачка, стоя боком или спиной к месту толкания мяча. Спросите: как бы вы оценили свои результаты в метании?	Большое свободное пространство Свисток для учителя, мел, фишки, конусы, набивные мячи, ядро,теннисный мяч Ссылка на метание малого мяча http://sportwiki.to/%D0%A2%D0%B5%D1%85%D0%BD%D0%B8%D0%BA%D0%B0_%D0%BC%D0%B5%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D1%8F_%D0%BC%D0%B0%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%BE_%D0%BC%D1%8F%D1%87%D0%B0

smk.edu.kz

3.5 применять знания и навыки для обогащения опыта физических упражнений других людей	6.3.5.1 - применять знания и навыки для обогащения опыта физических упражнений других людей	**Командная работа в эстафетах** **(Г, П, Ф)** Учащиеся выстраиваются в две колонны и соревнуются в беге с ускорением на отрезках различной длины. Варианты бега: а) ускорение на определенном отрезке дистанции (например 10 м); б) ускорение после неожиданно поданного сигнала; в) два ускорения (при беге до отметки и обратно); г) ускорение при вхождении в поворот; д) ускорение при погоне за партнером, находящимся впереди на 2 м. Побеждает команда, набравшая большее количество очков. Побеждает команда, набравшая большее количество очков.	При проведении бега в зале или на ограниченной площадке нельзя выполнять ускорения до касания стен во избежание травм. К подсчету очков можно привлекать освобожденных учащихся, а также игроков команд. Спросите: как вы применяете свои практические знания и навыки в повседневной жизни?	Большое свободное пространство Свисток, мел, фишки, конусы,мячи для большого тенниса, флажки, волейбольные мячи, набивные мячи. Ссылка на эстафеты http://kidportal.ru/konkursi-i-estafeti/estafeti/
		(К, И, Ф) Учащиеся строятся в одну шеренгу. По сигналу они начинают бег, и каждый старается завладеть флажком на этапах. Не успевшие это сделать игроки выбывают из игры. После второго этапа остается шесть участников, затем четыре и, наконец, соревнуются лишь двое сильнейших. Победителем является игрок, овладевший последним флажком.	В первом ряду флажков должно быть на два меньше, чем начинающих игру участников забега, во втором — еще на два флажка меньше и т. д. Итак, если старт принимают 10 человек, то флажков должно быть 8, 6, 4, 2, 1. Место флажков можно применить другой спортивный инвентарь. Спросите: была ли обратная связь, представленная вашим партнером полезной?	

smk.edu.kz

Физическая культура Основная школа 6 класс		
Раздел 2. Командные спортивные игры		
Предварительные знания		
Ожидается, что учащиеся обладают предварительными знаниями и навыками спортивных игр, полученными в предыдущих классах на уроке ивне учебной программы.		
Контекст		
Этот раздел помогает учащимся развивать их тактическую компетентность, навыки по принятию решений и по решению проблем посредством спортивных игр. Развивая когнитивными способности, учащиеся будут улучшать свои физические навыки, в которых особое внимание уделяется обучению и преподаванию посредством игр.		
Языковая цель обучения данного раздела **Пример** языковой цели обучения с соответствующей академической/школьной терминологией приведен ниже, для того чтобы помочь учащимся достичь цели изучения предмета данного раздела.		
Языковаяцельобучения	**Предметная лексика и терминология**	**Полезные фразы для диалога/письма**
Учащиеся умеют: • описывать и демонстрировать свое понимание того, что игры могут помочь развить их физические и спортивные навыки.	Включает: • отскок, передача • броски, ловля, ведение мяча • атака, защита • тактика, проблема, решение • безопасность • роли и положения: защитник, атакующий, игрок, центральный нападающий, боковой судья, связующий • точность • центровой	Например (в зависимости от языковой *Вопросы для обсуждения:* • Какую тактику вы использовали в этой игре? • Какие виды тактик вы использовали для поддержания или для того, чтобы добиться продвижения с мячом? • Что вам нужно улучшить индивидуальные или командные навыки для того, чтобы играть в эту игру лучше? • Какие решения вы бы приняли иначе в связи с вашей игрой, сейчас, когда у вас есть первоначальный опыт игры против команды соперника? • Вы следовали правилам игры? • Можете ли вы сказать, зачем нам необходимо обладать осведомленностью

smk.edu.kz

		о безопасности в играх?
См. выше «О языковых целях» для формирования других языковых целей обучения, и для получения дополнительных указаний по целям преподавания и изучения академического языка		
Краткий обзор		
В данном разделе, учащиеся учатся взаимодействию в игровых видах, овладевают основными навыками техники игры. Учащиеся изучают, обсуждают и реализуют задачи обучения с другими, находят согласованные решения. Вопросы учителя способствуют развитию навыков критического мышления. Каждый учащийся посредством обсуждения с партнером изучает и оценивает социальные навыки и навыки критического мышления.		

smk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки для учителя по методике преподавания	Учебные ресурсы
1.1 Развивать точность, контроль и маневренность при выполнении различных спортивно-специфических двигательных действий	6.1.1.1 - применять двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности в небольшом диапазоне спортивно - специфических двигательных действий;	**Развитие навыков техники игры** **(И, П, Д)** Учащиеся работают в парах. Средняя стойка баскетболиста. а) ведение мяча на месте правой и левой рукой. б) с переводом из одной руки в другую в) ведение мяча в движении правой и левой рукой.	При выполнении заданий следите за соблюдением техники безопасности. Кисть руки должна находиться сверху - сзади мяча. Толчок мяча в пол выполняется пальцами и кистью. Удар по мячу ладонью - это ошибка. Смотреть на товарища. В средней стойке баскетболиста. Мяч толкать сверху вперёд, вести чуть сбоку. По мячу не шлёпать. Соблюдать дистанцию2 метра. Стараться выполнять задание без зрительного контроля. После выполнения задания провести обсуждение (рефлексию) и взаимооценивание в группе.	Большое свободное игровое пространство, баскетбольные мячи, свисток

smk.edu.kz

		(К.Г.Д) Эстафета. Играют две – три команды, которые выстраиваются в колонны по одному у лицевой линии. Перед каждой колонной расставляются 4 – 5 стоек на расстоянии 1,5 – 2 м. По сигналу учителя ученики, стоящие первыми начинают бег с ведением мяча, обегая стойки змейкой. Обегают последнюю стойку, возвращаются назад, передают мяч, а сами встают в конец колонны. Команда, игроки которой первыми выполнили упражнение, выигрывает.	Обратите внимание. Нельзя проносить мяч. При ведении мяча не задевать стойки. Спросить: Какие физические качества развивает данная игра?	Большое, свободное пространство для каждого упражнения. Свисток для учителя как инструмент оглашения начала и завершения упражнения. Секундомер.
1.3 комбинировать навыки и последовательность движений при выполнении спортивно - специфических техник	6.1.3.1 уметь выбирать навыки и последовательность движений при выполнении спортивно - специфических техник	**(К, Г, Д, Ф)** ***Передал-садись!*** Играющих выстраивают в две – три колонны. Перед ними на расстоянии 2 –4 м встают капитаны с мячами в руках. По сигналу капитаны передают мяч двумя руками от груди (или одной рукой от плеча) первым игрокам в колонне, которые ловят его, возвращают тем же способом обратно и принимают положение в упоре сидя. Затем следует передачи вторым игрокам и т.д. Когда последний в колонне передает мяч капитану, тот поднимает его вверх – и вся команда быстро встает. Команда, сделавшая это раньше, побеждает. **(К, Г, Д, Ф)«Выбей мяч».**На одной половине площадки играют юноши, на другой — девушки. У каждого ученика по мячу. Все перемещаются с дриблингом на своей половине поля, и каждый пытается заставить любого из партнеров ошибиться при ведении или выбить у него мяч, сохраняя контроль над своим мячом.	Необходимо концентрироваться на всех ключевых моментах – от того как стоит игрок и до момента броска мяча. Спросить: Вы следовали правилам игры? Варианты: а) разрешается ведение мяча только левой (правой) рукой; б) 5— 6 наиболее техничных игроков выделяются в отдельную группу, которая упражняется в пределах центрального круга или в области штрафного броска. Спросите: Какие социальные навыки или навыки критического мышления помогли вашей группе добиться успеха при	Большое, свободное пространство для каждого упражнения. Свисток для учителя как инструмент оглашения начала и завершения упражнения. Секундомер. Большое, свободное пространство для каждого упражнения. Свисток для учителя мяч баскетбольный, обруч разного размера,

			выполнении данного упражнения?	
2.4 оценивать правила и структурные приемы для оптимизации деятельности и разработки альтернатив в рамках физических упражнений	6.2.4.1 - понимать и применять правила и структурные приемы для оптимизации деятельности и разработки альтернатив в рамках физических упражнений	**(К, Г, П, Ф)** Эстафета «Весёлые старты» **1 этап:** Один катит обруч, находясь сзади него, двое выполняют передачи, пробрасывая мяч через обруч с отскоком от пола. **2 этап:** Двое держат обруч горизонтально, третий в обруче ведёт мяч. Вперёд правой рукой, обратно левой. **3 этап:** Индивидуально, обводка стоек, вперёд правой рукой, обратно левой. **(Г)** Дайте задание учащимся, чтобы они придумали игру. Пример: задание в группе с элементами баскетбола, способствующих развитию навыков критического мышления и социальных навыков.	Обратить внимание на точность и технику передач и ловли мяча Соблюдать дисциплину в командах, стараться выполнять задания эстафет правильно и быстро. Учитель подходит к каждой паре указывает на ошибки, поощряет, словом за качественно выполненное задание. При помощи вопросов и ответов объясните, что такое критическое мышление и социальные навыки.	Бумага, ручки/карандаши В этих заданиях учитель может использовать всевозможный подручный материал. Мячи любого размера.

smk.edu

1.2 создавать и применять комбинации движений и их последовательность в различных видах физических упражнений	6.1.2.1 уметь составлять и выполнять комбинации движений и их последовательность в некоторых упражнениях	**Использование тактических действий в спортивных играх**		
		(П, И, Ф) В парах учащиеся планируют и создают свое собственное упражнение которое развивает, по меньшей мере, два физических качества или элементы физического состояния.	Разъясните учащимся, какие физические качества подразумевается, и какие элементы физического состояния имеются, введу.	Большое, свободное пространство для каждого упражнения. Свисток для учителя в качестве инструмента для обозначения начала/окончания упражнения и звуковой подсказки.
		(К.Г.Д.Ф) Вызов *номеров.* Две равные команды встают за лицевой линией с обеих сторон щита. Рассчитываются по порядку, которые сохраняются за игроками на все время игры. Перед каждой командой ставится мяч. Тренер называет номер игрока, например, три. Оба третьих номера выбегают вперед, берут мяч и ведут его до стоек, обводя их, и возвращаются назад, поставив мяч на прежнее место. Затем вызываются другие номера. За каждого игрока, пришедшего первым, команда получает очко. За пять минут нужно набрать большее количество очков.	Учителю необходимо научить учащегося правилам игры. Введение мяча осуществляется среднем стойке баскетболиста.	
1.5 применять и оценивать тактики, стратегии и структурные идеи в ряде физических упражнений	6.1.5.1 понимать и применять тактики, стратегии и композиционные идеи в ряде физических упражнений	**(К.Г.Ф)** Играющие делятся на две равные команды; в каждой выбирают капитана и ловца. У центрального круга становятся капитаны. По сигналу руководителя мяч выбрасывается на площадку. Завладев мячом, игроки каждой команды, стремятся путем передач подвести мяч как можно ближе к своему ловцу и бросить ему мяч так, чтобы он поймал его на лету. Когда ловец одной из команд поймает мяч на лету, игра начинается снова с центра площадки, а за ловлю мяча ловцом команда получает очко. Выигрывает команда, получавшая больше очков	Учителю необходимо научить учащегося правилам и организации соревнований по баскетболу. Бегать с мячом не разрешается, игрок может сделать не более двух шагов, а на 3-ем передать мяч. 2. Мяч считается пойманным, если ловец поймал его с воздуха или	Большое, свободное пространство для каждого упражнения. Свисток для учителя мяч баскетбольный

smk.kz

		(К) Учебная игра Учащиеся делятся на 2 команды и играют в спортивную игру баскетбол.	после отскока от противника. 3. Если два игрока одновременно схватят мяч, дается спорный мяч. Спросите: Какие командные навыки или лидерские навыки стали видны при выполнении данного упражнения?	
2.2 развивать и применять лидерские навыки и навыки работы в команде	6.2.2.1 определять и использовать лидерские навыки и навыки работы в команде	**Развитие лидерских навыков работы в команде** **(К)** 10 – 20 человек встают в круг, держась обеими руками за общую веревку, после чего веревку подтягивают и завязывают так, чтобы участники стояли плотно друг к другу. Затем следует команда: «Закрыть глаза и не открывать их». Задание: «Образуйте квадрат». Глаза можно открыть всем вместе, только после того, как группа решит, что квадрат получился. После этого упражнения и короткого перерыва предлагается опять встать в круг, закрыть глаза и выполнит следующее задание: образовать равносторонний треугольник. Те, кто все-таки открыл глаза, выбывают из игры и могут стать наблюдателями, которые по3могут группе обсудить это упражнение	Дляоблегчения выполнение заданием командам следует выбрать лидера. Которого должны все слушаться. Спросить: Как вы выбрали лидера? Какие трудности вы испытали? Как вы справились с предполагаемой деятельностью? Что вы чувствовали, когда у Вас были закрыты глаза?	Большое, свободное пространство для каждого упражнения. Свисток для учителя как инструмент оглашения начала и завершения упражнения. Секундомер.
2.1 адаптировать приобретенные знания, связанные с движением, для реагирования на изменяющиеся обстоятельства	6.2.1.1 определять и применять приобретенные знания, связанные с движением, для реагирования на изменяющиеся	**(К.Э.Ф)** Класс придумывает игру на развитие лидерских качеств, способствующих раскрытию как индивидуального, так и группового лидерства и делится на 2 группы. Группы выстраиваются в две колонны по одному в затылок друг другу, положив руки на плечи. Впереди стоящий учащийся должен провести свою команду	Учащимся необходимо работать в зале с осторожностью и все время помнить о других учащихся. Групповое лидерство развивает в детях сплочённость и	http://summercamp.ru/index.php?title=%D0%98%D0%B3%D1%80%D1%8B_%D0%BD%D0%B0_%D0%BB%D0%B8%D0%B4%D0%B5%D1%80%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%B

	обстоятельства	через воображаемое болото. После чего последний становится – впереди всех и задание повторяют. По умению управлять судят о лидере.	подталкивает учащихся к самостоятельному поиску решения проблемы.	E

smk.edu.kz

Физическая культура. Основная школа. 6 класс		
Раздел 3: Укрепление организма через гимнастику.		
Предварительные знания		
Учащиеся имеют знания и понимание о гимнастике, изученные в предыдущих классах и во внеурочной деятельности.		
Контекст		
Раздел направлен на совершенствование у учащихся знаний и умений в гимнастике, умение работать индивидуально, в паре, в группе на гимнастических снарядах.		
Языковая цель обучения данного раздела Пример языковой цели обучения с соответствующей академической терминологией приведен ниже, для того чтобы помочь учащимся достичь цели изучения предмета данного раздела.		
Языковая цель обучения	**Предметная лексика и терминология**	**Серия полезных фраз для диалога**
Учащиеся могут: • Демонстрировать индивидуальные, парные и групповые гимнастические задания в композиционной подготовке	Включает: • группировка, перекат; • перемещение, равновесие; • кувырок вперед, кувырок назад; • широкий шаг, длинный кувырок; • гимнастический снаряд, поднимать и переносить; • задача, риск, безопасность • стойка на голове и руках; • разбег, наскок на мостик, толчок ногами, полет до толчка руками, толчок руками, полет после толчка руками и приземление.	Вопросы для обсуждения: • Что нужно делать при появлении во время занятий боли в руках, покраснения кожи или потёртостей на ладонях, а также при плохом самочувствии? • Что дают занятия акробатикой для организма? • Какие группы мышц развиваются на определённых снарядах? • Как избежать нарушений правил безопасности при занятиях на снарядах? • Как влияют подводящие и подготовительные упражнения на организм?
См. выше «О языковых целях».Для создания других языковых целей, и для дополнительных указаний по языковым учебным целям, которые применяются к преподаванию и изучению академического языка.		
Краткий обзор		
В данном разделе учащиеся выполняют различные упражнения, демонстрируя и объясняя комбинации, их последовательность, представляют конструктивную обратную связь. Учащиеся обобщают, используют двигательные умения и навыки, разрабатывают последовательность упражнений, влияющих на функциональные системы организма, способствующих развитию композиционных способностей.		

smk.edu.kz

Ссылка на учебную программ	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки для учителя по методике преподавания	Учебные ресурсы
3.4. Разрабатывать и применять стратегии управления рисками в ряде физических нагрузок, направленных на укрепление здоровья	6.3.4.4. Понимать спортивно-специфическую технику безопасности, нормы и правила, направленные на укрепление здоровья	**Техника безопасности.** **Элементы строевых упражнений**.		
		Инструктаж по технике безопасности на уроках гимнастики. **(К)** Выполнение учащимися строевых упражнений - построение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением; из колонны по два и по четыре в колонну по одномуразведением и слиянием.	Рассказать, что гимнастика-вид, включающий в себя сложные элементы, такие как: прыжки, шпагаты, стойки, кувырки, упражнения на снарядах. Для профилактики травматизма на занятиях первостепенное значение имеет разминка, которая обеспечивает подготовку опорно-двигательного аппарата к специфическим движениям и нагрузкам. Спросите: Что нужно делать при появлении во время занятий боли в руках, покраснения кожи или потёртостей на ладонях, а также при плохом самочувствии?	Большое, свободное пространство. Ссылка по технике безопасности при проведении занятий по гимнастике http://marisoft.ru/load/tb/tekhnika_bezopasnosti_pri_provedenii_zanjatij_po_gimnastike/14-1-0-188
		(К, Г, Ф) Учащиеся в группах выполняют задания по выполнению строевых упражнений на месте и в движении. Строевой шаг; размыкание смыкание на месте. Перестроение из одной шеренги в две.	Строевые команды следует подавать громко и отчетливо. При выполнении упражнений следить за интервалом и дистанцией, равнением.	Большое, свободное пространство для каждого вида деятельности. Ссылка на учебное пособие «Гимнастика, Строевые упражнения с методикой

smk.e .kz

				преподавания», Баженова Н.А., 2012 http://nashol.com/2015080285987/gimnastika-stroevie-uprajneniya-s-metodikoi-prepodavaniya-bajenova-n-a-2012.html
3.2. Разрабатывать и проводить подходящие для видов деятельности разминки и техники восстановления	6.3.2.1. Объяснять влияние на организм ключевых компонентов разминки и техники восстановления и воспроизводить их.	**Выполнение акробатических упражнений и комбинаций** **(И, Г, Ф)** Задания на выполнение подготовительных и подводящих упражнений. ***Группировка:*** 1. Из стойки руки вверх быстро присесть, сгруппироваться. 2. Из положения сидя быстро согнуть ноги и сгруппироваться. 3. Лёжа на спине, быстро согнуть ноги и сгруппироваться, продолжая лежать на спине. 4. Лёжа на спине, быстро согнуть ноги и сгруппироваться в сед. 5. Лёжа на спине, быстро согнуть ноги и прижать к груди, одновременно перекатом назад сделать группировку на лопатках.	Следить за правильным положением рук, головы и ног. Научить быстро группироваться из разных исходных положений.	Свисток, гимнастические маты Ссылка для акробатической разминки: https://www.youtube.com/watch?v=zWk-FIDpZ5o
		(И, Г, Ф) Задания на выполнение подготовительных и подводящих упражнений. ***Перекаты:*** 1. Из положения сидя лечь на спину и сделать перекат до положения лёжа на лопатках, носками коснуться гимнастического мата за головой, обратным движением вернуться в и.п. 2. Из упора присев в группировке и, последовательно касаясь гимнастического мата спиной и лопатками, сделать перекат назад и, не задерживаясь сделать перекат вперёд ви.п. 3. Из положения лёжа на спине сделать перекат влево (вправо) до положения лёжа на животе и наоборот.	Объяснить учащимся, что при выполнении переката должна применяться группировка и необходимо возвращаться в исходное положение без помощи рук. Спросите: Как влияют подводящие и подготовительные упражнения на организм?	Свободное пространство, свисток, гимнастические маты

sm.edu.kz

		4. Из упора стоя на коленях лёгким толчком левой руки и ноги придать телу движение вправо, мягко выполнить перекат через спину на левую сторону в группировке и, не задерживаясь вернуться ви.п. 5. Из стойки на коленях прогнуться как можно больше, подавая таз вперёд, придать телу движение вперёд, последовательно касаясь матов бёдрами, животом, опереться руками во время касания грудью. Сильно оттолкнуться руками, вернуться ви.п.		
1.2. Создавать и применять комбинации движений и их последовательность в различных видах физических упражнений	6.1.2.1. Уметь составлять и выполнять комбинации движений и их последовательность в некоторых упражнениях.	**(И, Г, Ф)** Задание учащимся на составление акробатической комбинации из изученных элементов. Например: из стойки на коленях перекат вперёд прогнувшись с опорой руками (для мальчиков). Кувырок вперёд вдвоем, взявшись под руки. Кувырок вперед с прыжка. Кувырок вперед вдвоем, держась за голени. Кувырок назад в упор, стоя на одном колене, и "полушпагат". Кувырок назад в упор, стоя ноги врозь. Из положения "мост" поворот направо (налево) кругом, в упор на правом (левом) колене и в упор присев. Стойка на лопатках кувырком вперед с прямыми ногами. Стойка на голове с согнутыми ногами из упора присев толчком двумя (для мальчиков). Стойка на руках махом одной и толчком другой (с помощью). **(И, Ф)** Выполнение акробатической комбинации. Учащиеся выполняют акробатическую комбинацию. ***Пример записи акробатической комбинации.*** И.п. - основная стойка. Упор присев - кувырок назад в упор стоя ноги врозь - выпрямляясь, вперед с последующим наклоном вперед в упор - кувырком вперед с прямыми ногами стойка на лопатках – перекатом вперед лечь на спине - "мост" - поворот направо (налево) кругом в упор присев - основная стойка.	Обратить внимание, что при выполнении упражнений на гимнастической дорожке не должны работать два и более учащихся. Спросите: Что дают занятия акробатикой для организма?	Свободное пространство, свисток, гимнастические маты. Ссылка на составление вольных упражнений: https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B5_%D1%83%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%B6%D0%BD%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F
1.5.	6.1.5.1.	**Самоконтроль при выполнении упражнений на**	Проследите, чтобы	Гимнастические

smk.edu.kz

Применять и оценивать тактики, стратегии и структурные идеи в ряде физических упражнений	Понимать и применять тактики, стратегии и композиционные идеи в ряде физических упражнений;	**снарядах.** **(Д, Г, Ф)** Разделить учащихся на группы по количеству снарядов. Развести по снарядам, продемонстрировать упражнения для разминки. Дать задание выполнить специальную разминку на снарядах. **(И, Ф)** Упражнения на перекладине для мальчиков. Из стойки спиной к перекладине вис стоя сзади согнувшись - толчком ног вис согнувшись сзади - перемах согнув правую (левую) и вис прогнувшись верхом - вис завесом левой (правой) - вторым махом подъем завесом в упор верхом левой (правой) - перехват левой (правой) в хват снизу - перемахом правой (левой) соскок с поворотом налево (направо). **(И, Ф)** Упражнения на разновысоких брусьях для девочек. Из стойки спиной к перекладине вис стоя согнувшись - толчком ног вис согнувшись сзади - перемах, согнув правую (левую), и вис, прогнувшись верхом, вис завесом левой (правой) - перемах, согнув правую (левую) и вис, согнувшись сзади - вис, стоя сзади согнувшись - шагом левой (правой), приставляя правую (левую) - основная стойка. **(И, Ф)** Упражнения в равновесии (бревно или скамейка высотой 110 см). И.п. - основная стойка. Шаг правой, левая сзади на носке, руки в стороны - шаг левой, руки вверх - мах правой вперед- и хлопок над ней - шаг левой, руки вверх - мах правой вперед и хлопок под ней - шаг левой, руки в стороны и поворот на 180° - шаг правой назад, руки за голову - шаг левой назад, вверх - шаг правой назад, руки вперед - поворот направо на 180° в стойку на правой, левая назад - "ласточка" - сгибая правую, хват за бревно, левую ногу вниз - махом левой соскок (влево).	специальная разминка на снарядах выполнялась после ОРУ, за правильной последовательностью упражнений. Спросите: Какие группы мышц развиваются на определённых снарядах? Как избежать нарушений правил безопасности при занятиях на снарядах?	снаряды, гимнастические маты. Ссылка на упражнения на снарядах: http://www.krugosvet.ru/enc/sport/SPORTIVNAYA_GIMNASTIKA.html Ссылка на учебник «Гимнастика»: http://www.studfiles.ru/preview/1724175/

1.4. Оценивать собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий .	6.1.4.1. Понимать и объяснять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий	**(И, Ф)** Опорные прыжки. Прыжок ноги врозь через козла в ширину, высотой 100-110 см. ***Техника выполнения:*** С разбега оттолкнуться от мостика, поднять руки вперед – вверх, отталкиваясь руками с одновременным сгибанием в тазобедренных суставах, поднять плечи и руки, развести ноги врозь, прогнуться, соединить ноги и приземлится. ***Страховка и помощь:*** стоять впереди и немного сбоку, поддерживать ученика за плечо или под грудь.	В фазе полёта как можно дольше сохранять прогнутое положение тела. Последовательность обучения: 1. Прыжок вверх ноги врозь. 2. Упор лёжа на полу. Отталкиваясь носками, согнуться в тазобедренных суставах и перейти в упор стоя ноги врозь.	Гимнастический козёл и гимнастические маты. Ссылка на учебник «Спортивная гимнастика»: https://www.ozon.ru/context/detail/id/4028387/
		(И, Ф) Лазанье по канату, шесту. ***Лазанье по канату в три приёма.*** Из виса или из виса стоя хват руками вверху. ***Первый прием:*** подтянув ноги как можно выше, зажать канат (шест) подъемом одной или пяткой другой ноги и коленями (вис согнув ноги). ***Второй прием:*** сжимая согнутыми ногами канат (шест), подтянуться на руках с одновременным выпрямлением ног (вис на согнутых руках). ***Третий прием:*** поочередно перехват руками вверх, сохраняя захват ногами. ***Лазанье по канату в два приёма.*** И.п. - из виса стоя или виса хватом правой рукой вверху, а левой - на уровне лица. ***Первый прием:*** поднять ноги как можно выше и зажать канат тем же способом. ***Второй прием:*** сжимая ногами канат и придерживаясь руками, выпрямить ноги с перехватом левой рукой вверх.	Этот способ лазанья требует незначительных усилий плечевого пояса и является основным на занятиях с женскими группами. Лазанье способом в два приема увеличивает нагрузку на руки и плечевой пояс, но имеет преимущество в скорости.	Ссылка на обучение лазанию по канату: http://nsportal.ru/blog/nachalnaya-shkola/all/2012/11/19/lazanie-po-kanatu-metodika-obucheniya
2.2. Развивать и применять лидерские навыки и навыки работы	6.2.2.1.Определить и использовать лидерские навыки и навыки работы в	**Групповые композиции.** **(Г, Ф)** Выполнение учащимися в группах упражнений специальной технической подготовки. ***Упражнения с предметами:***	Перед разучиванием упражнений с предметами	Свободное пространство,

в команде.	команде	***а) техника с мячом*:** - круги, восьмерки, обволакивания, работа без рук; передача около шеи, туловища, над головой, под ногами; отбивы одно - и многократные, со сменой ритма, разными частями тела; броски средние и ловли (без зрительного контроля, без помощи рук); перекаты по двум и трем частям тела; перекаты по телу без зрительного контроля; повороты с работой мяча; равновесия с работой мяча; наклоны с работой мяча; динамические элементы во время броска; большие прыжки с работой мяча. ***б) техника со скакалкой:*** - круги, восьмерки; вращения вперед и назад, скрестно вперед и назад, двойной вперед и назад; броски и ловли (без зрительного контроля, без помощи рук); броски и ловли вдвое сложенную; бросок одной рукой прямую; «болгарские прыжки»; манипуляции во всех направлениях; работа разными частями тела; мельница (лицевая, поперечная); прыжки большие с работой скакалки; повороты с работой скакалки; равновесия с работой скакалки; наклоны с работой скакалки; динамические элементы во время броска; ***в) техника с обручем:*** - махи во всех направлениях; вращения, восьмерки во всех направлениях; перекат по телу, по полу с возвратом; вертушки (на разных частях тела), проход в обруч; средние броски и различные ловли (без зрительного контроля, без рук); прыжки большие с обручем; повороты с обручем; равновесия с обручем; наклоны с обручем; динамические элементы во время броска; мелкие прыжки через обруч, с вращением; ***г) техника с лентой:*** - махи, круги, восьмерки; змейки, спирали, передача из одной руки в другую;	следует повторить упражнения без предмета: разновидности шагов, бега. Прыжки и прыжковые связки. Наклоны вертикальные и горизонтальные; одновременные и последовательные; вперед и назад; волны руками. Проанализируйте трудности упражнений с различными предметами.	гимнастические мячи, скакалки, обручи, ленты. Ссылка на характеристику групповых упражнений: http://www.cnopm.ru/gymnastics/theory/1984/january/characteristics_of_group_exercises http://cyberleninka.ru/article/n/sovremennyy-podhod-k-protsessu-postanovki-sorevnovatelnyh-kompozitsiy-v-hudozhestvennoy-gimnastike https://www.youtube.com/watch?v=3ti0ILqA958 http://2.russia.tv/video/show/brand_id/17693/episode_id/1225898/video_id/1344113/
3.5. Применять знания и навыки для	6.2.5.1. Понимать и применять	**(Г, Ф)** Составление и выполнение учащимися групповых композиций с предметами. Подбор музыкального сопровождения.	Обговорить с учениками набор движений тела, «трудностей обмена»	Свободное пространство, гимнастические мячи,

smk.edu.kz

обогащения опыта физических упражнений других людей	собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения.		предметами, расстановку, разучивание и отработку взаимодействия участников композиции.	скакалки, обручи, ленты. Музыкальное оборудование.

smk.edu.kz

Физическая культура. Основная школа. 6 класс		
Раздел: 4 Казахские национальные и интеллектуальные игры		
Предварительные знания		
Учащиеся имеют предыдущий опыт в различных казахских национальных играх, где достигалось их общее мастерство и стратегическое понимание в период обучения в предыдущих классах и во внеурочное время.		
Контекст		
В этом разделе, учащиеся будут развивать свои навыки движения и стратегическое мышление на основе казахских национальных и интеллектуальных игр.		
Языковые цели для данного раздела **Примером** языковой цели, касающейся академического/классного языка, представленного выше, для помощи учащимся в изучение предмета в данном разделе .		
Языковая цель обучения	**Предметная лексика и терминология**	**Полезные фразы для диалога/письма**
Учащиеся могут: • Знать, обсудить правила игры и навыки движения, стратегическое мышление в различных игровых контекстах.	Что включает: • Национальные игры • «Тоғызқұмалақ», құмалақ, тұздық, отау, атсырау,«қазандық» • команда, игрок, судья • соперник, нападение, защита • правила, оценка, честная игра • «Бес табан», «Бестас», «Жаяукөкпар», «Арқантарту».	*Вопросы для обсуждения:* • Как вы можете содействовать, чтобы ваша команда хорошо работала вместе? • Как развивается сотрудничество в играх во время соревнований? • Как можно продемонстрировать правила честной игры во время соревнований? • Какими знаниями и навыками можете поделиться с одноклассниками? • Какие навыки используете для совместной работы? • Какими навыками нужно обладать игроку и команде для того чтобы победить в игре «Жаяу кокпар»?
См. выше «О языковых целях» для формирования других языковых целей обучения, и для получения дополнительных указаний по целям преподавания и изучения академического языка		
Краткий обзор		
В данном разделе учащиеся изучают ряд стратегий и тактик в рамках традиционных казахстанских игр, правила соревновательной деятельности и правила судейства. Учащиеся демонстрируют честную игру, патриотизм, сотрудничество во время соревнований.		

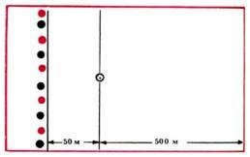
smk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки для учителя по методике преподавания	Учебные ресурсы
2.7. Демонстрировать поведение, отражающее честную игру, патриотизм, сотрудничество во время соревнований	6.2.7.1 понимать и применять поведение, отражающее честную игру, патриотизм, сотрудничество во время соревнований;	**Казахские национальные игры**		
		(К, П, Д, Ф) «Перетягивание каната» Учащиеся делятся на пары, по первому сигналу «Подойти к канату», игроки встают справа и слева от каната. По второму сигналу «Взять канат» команды наклоняются и поднимают канат. По свистку учителя команды стараются перетянуть канат в свою сторону. Когда одной из команд удастся отойти с канатом назад так, чтобы ленточка пересекла контрольную линию, и борьба прекращается. Побеждает команда, которая смогла перетянуть канат на свою сторону.	Соблюдайте технику безопасности при перетягивании каната, объясните причины возможного травматизма. Объясните, как можно избежать возможные травмы. Спросите: как развивается сотрудничество во время перетягивания каната? Как прослеживается патриотизм в этой игре?	Большое свободное пространство. Свисток для учителя гимнастический канат, мел, ленточка для каната Ссылка на игру «Перетягивание каната» https://www.youtube.com/watch?v=sU47RYbRAhs Ссылка на перетягивание каната https://www.youtube.com/watch?v=W9GoaJXiaGI
		(К, Ф) Класс делится на малые группы. И проводится командное первенство по «тоғызқұмалақ». Учащиеся в парах играют в интеллектуальную игру «тоғызқұмалақ». Побеждает команда набравшая в общей сложности большее количество побед.	Если нет доски можно использовать бумагу, где нарисовано поле и ячейки. «Кумалак» можно скрутить из бумаги. Напомнить учащимся правила игры. Спросите: как вы понимаете термин «честная игра»вовремясоревновании ?	Большое свободное пространство. Свисток для учителя, доска для игры, бумага, ручка, линейка Ссылка на игру тозызкумалак: https://www.youtube.com/watch?v=Ery51mKqHtE Тоғызқұмалақ ойынын үйренуhttps://www.youtube.com/watch?v=IwD_8vqU2k0 Ссылка на онлайн игру: На этой странице Вы можете поиграть в игру Тогыз Кумалак против игроков

smk.edu.kz

				со всего мира:http://www.iggamecenter.com/info/ru/maintoguz.html Ссылка для скачивания мобильной версии TogyzKumalak https://play.google.com/store/apps/details?id=com.gmail.amanbayev.TogyzKumalak
2.3 Демонстрировать ряд навыков совместной и эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды	6.2.3.1 - определять и использовать ряд навыков совместной эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды;	**(Г, Ф) «Бестасасык».** Класс делится на несколько групп. Количество участников в каждой группе до 5 человек. Очередность участия в игре определяется по жребию. Все располагаются по кругу. Игру начинает первый и играет до тех пор, пока не нарушит правила. Затем в игру вступает второй, третий и т. д. Играют одной рукой. Действие первое. Игрок разбрасывает по полу 5 камешков, выбирает из них один, подбрасывает его вверх, подбирает один лежащий камешек и ловит подброшенный. Подобранный камешек откладывается. Снова подбрасывается камешек вверх, подбирается второй, затем третий и четвертый. Действие второе. Камешки разбрасываются. Один подбрасывается вверх, а с пола подбираются два и ловится подброшенный. Затем подбираются другие два. Действие третье. Камешки разбрасываются. Подбрасывается один и подбираются три. Во второй раз подбирается оставшийся. Действие четвертое. Все камешки — в руке. Один подбрасывается вверх, остальные кладутся на пол, подброшенный ловится. Затем один бросается вверх, четыре подбираются и ловится подброшенный. Действие пятое. Один камешек подбрасывается вверх,	Изучите учебные ресурсы для получения инструкций по проведению игры. 1) Игроки, подбирая с пола камешки, не должны касаться руками других камешков. Если правило нарушается, игру продолжает следующий игрок. 2) Каждый раз, продолжая игру, игрок начинает с того действия, в котором он ошибся.	Большое, свободное пространство для игры. Для каждой группы требуются 5 круглых камешков («асыков»). Ссылка на интернет ресурс Национальные игры... БестасАсык: https://www.facebook.com/oneshanyrak/posts/824860494229723:0

		остальные четыре находятся в руке. Указательным пальцем игрок дотрагивается до земли 3 или 5 раз (по уговору), пока не поймает брошенный камешек. Действие шестое. Четыре камешка кладутся по углам квадрата (примерно 20×20 см). Подбросив один вверх, игрок должен успеть собрать все камешки и поймать подброшенный. Действие седьмое. Камешки разбрасываются. Один подбрасывается вверх, а остальные по одному собираются в левую ладонь и ловится подброшенный. Действие восьмое. Камешки разбрасываются. Один подбрасывается вверх, подбирается с пола один и ловится подброшенный. В руках игрока оказываются два камешка. Один из них игрок подбрасывает вверх, а второй заменяет лежащим на полу и ловит подброшенный. Так, заменяя камешки, он собирает их в кучу. Подбрасывая и ловя последний камень, собирает в руку 4 камешка. Действие девятое. Повторяется первое действие, но при ловле подброшенного камешка остальные не должны ударяться друг о друга. Действие десятое. Повторяется первое действие,но при ловле подброшенного камешка он должен удариться о подобранный с пола. Действие одиннадцатое. Левой рукой игрок образует как бы арку, опираясь на большой и средний пальцы. Правой рукой через левую разбрасывает камешки. Выбирает один из них, подбрасывает вверх через левую руку, затем забрасывает один сквозь «арку» и ловит подброшенный. Таким же образом забрасывает по очереди в «арку» все камешки. В этом действии есть правило: кроме выбранного камешка игрок выбирает еще один — «старший» («наби»). Это может быть самый ближний или самый дальний камень, о чем договариваются в начале игры. Он забрасывается в «арку» самым последним. Действие двенадцатое. Закончив все предыдущие действия, игрок начисляет себе очки двумя	Спросите: какие навыки используете длясовместной работы? Как бы вы оценили себя из 5 баллов за общение внутри вашей команды и	

		способами. Способ первый: подбрасывает вверх 5 камешков, ловит их на наружную сторону ладони, еще раз подбрасывает и ловит сверху. Каждый камешек оценивается в 10 очков. Если игрок поймает все 5 камешков, то получит 50 очков. Второй способ: игрок выворачивает руку наружу, подбрасывает все камни вверх, затем ловит их снизу, развернув ладонь. За каждый камень получает 10 очков. Правила. 1) Игроки, подбирая с пола камешки, не должны касаться руками других камешков. Если правило нарушается, игру продолжает следующий игрок. 2) Каждый раз, продолжая игру, игрок начинает с того действия, в котором он ошибся.	почему?	
3.5 Применять знания и навыки для обогащения опыта физических упражненийдругих людей	6.3.5.1 - применять знания и навыки для обогащения опыта физических упражненийдругих людей	**(К, Г, Ф) Пешийкокпар (Жаяукокпар)** («Кокпар» произошел от слова «кокбар», а оно - «кок бори» - серый волк. Поскольку волк - первый враг кочевников-скотоводов, в старину они в основном охотились за волком. Возвращаясь с удачной охоты, они устраивали соревнования - гонки: кто первый привезет в аул убитого зверя. Это соревнование впоследствии превратилось в национальную игру «кокпар», которая символизировала ловкость, смелость, силу в скачках, джигитовках и других видах верховой езды)  Место для игры - спортивная площадка. Играют школьники среднего и старшего возраста, от 10 до 30 человек. Мальчики и девочки играют раздельно. Для игры требуется набивной мяч (набивной мешок или другой предмет) - кокпар.	Напомните учащимся: 1. Взявший кокпар первым, может передать его своему партнеру. 2. Не разрешается хватать за одежду, толкаться и применять при отборе кокпара грубые приемы. 3. Если соперник догнал игрока и коснулся его рукой, кокпар передается ему. Партнеру по команде можно кинуть кокпар вперед в сторону. Кокпар берет тот, кто коснулся его первым. Спросите: Какими навыками нужно обладать игроку и команде для того чтобы победить в игре «Жаяукокпар»?	Большое свободное пространство для игры. Свисток, различные мячи, конусы, мел. Ссылка на интернет ресурс Пеший кокпар (Жаяукокпар): http://pedagogic.ru/books/item/f00/s00/z0000002/st244.shtml

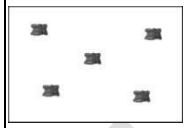
		Описание. На одной стороне «поля» чертится (или отмечается) линия старта. На расстоянии 50 м проводится параллельно ей линия, на которую кладут кокпар. В 50-100 м находится линия финиша. Игроки, разделившись на две команды, становятся вдоль линии старта через одного. По сигналу, все бегут вперед к кокпару. Завладевший кокпаром бежит дальше. Догнавший его забирает кокпар и продолжает бежать вперед. Каждый догнавший бегущего впереди с кокпаром продвигается к линии финиша. Победителем будет команда, игрок которой доставит кокпар на линию финиша. **(К, Г, Ф) «Догнать джигита».** Играющие делятся на две команды, выбирают капитанов.Проводятся две линии на расстоянии 15-20 м одна от другой. На одной из них ставятся два флажка на расстоянии 5 м друг от друга. Команды становятся в колонны по одному у линии напротив флажков. По жребию определяют команду «джигитов» и команду «гонцов». Капитан команды «джигитов» получает полотенце. По установленному сигналу первые игроки команд бегут к своему флажку. Задача «джигита» - бросить у флажка полотенце, обогнуть его и вернуться обратно. Задача «гонца» - добежав до флажка, взять полотенце и на обратном пути догнать «джигита» и осалить его полотенцем. Если это удастся, он считается победителем, в противном случае побеждает «джигит». «Гонец», не догнав «джигита», не сбавляя скорости, передает полотенце товарищу по команде, догоняющему следующего «джигита». Игру проводят 2 раза, меняясь местами. Выигрывает команда, у которой больше победителей.	Проследите: 1. Игроки обходят флажок справой стороны. 2. Очередным игрокам не разрешается преждевременно выходить за линию. Они выбегают только тогда, когда предыдущий игрок коснется рукой или полотенцем следующего. Вариант игры. Построение играющих то же. Применяется только один флажок. Спросите: Какими знаниями и навыками можете поделится с одноклассниками?	Большое, свободное пространство для игры, два флажка и полотенце. Ссылка на интернет ресурс «Догнать джигита»: http://pedagogic.ru/books/item/f00/s00/z0000002/st242.shtml

2.6 Знать правила соревновательной деятельности и правила судейства	6.2.6.1 - понимать правила соревновательной деятельности и правила судейства;	**Изучение ряда стратегий и тактик в рамках национальной игры**		
		Обязанности судей: **Главный судья** соревнований ответствен за организациюи проведение соревнований в соответсвии с регламентом. Проверяет готовность мест соревнований, разрешает споры возникающие в ходе проведения соревнований, назначает главного секретаря соревнований. **Технический секретарь** соревнований готовит техническуюдокументацию необходимую для проведения соревнований. Проводит жеребьевку, определяет подгруппы, назначает и определяет начало соревнований, график встреч в подгруппах, доводит до участников и представителейрешения главного судьи, а также может выносить свои предложения, записывает и доводит до организаторовсоревнований и главному судье просьбы и предложенияучастников и представителей команд. Технический секретарь не имеет право вмешиваться вопределении победителей и призеров соревнований. **Судья** –находится на месте проведениясоревнования идает команду на начало и окончание соревнований.В руках он должен иметь флажки 2-х цветов (красный исиний). Подняв синий флажок дает команду начинать игру, при нарушении правил соревнований, подняв красный флажок, останавливая игру.Таким же образом, он дает команду следующему участнику. В ходе игры он жестко контролирует соблюдение правилсоревнований, ведет учет набранных очков и определяетпобедителя и дает информацию секретарю соревнований. **(Г, Ф)** "Хан ойыны" (игра хана). В этой игре могут принимать участие от 5 до 10 учащихся. Ведущий игры собирает все асыки в горсть, затем бросает их перед остальными игроками, сидящими по кругу. Один из асыков, обычно покрашенный в красный	Как начинается игра? Как заканчивается игра? Обратите внимание на	Ссылка на интернет ресурс правила игры асык(39-41стр.): http://www.tursport.akmol.kz/public/uploads/pravila_igri_asik.pdf Ссылка на источник: http://comode.kz/post/what-where-when/kak-pravilno-igrat-v-asyki/

smk.edu.kz

		цвет, является ханом. Игроки должны внимательно посмотреть, какой стороной выпал «хан». Если «хан» выпал стороной «бүк», «шік» или «тәйкі», то ведущий должен аккуратно выбить все близлежащие асыки. Выбитыеасыки он забирает себе. «Хана» же можно выбить лишь самым последним асыком, который выпал той же стороной, что и сам «хан». Если ведущий случайно заденет другие асыки рукой или асыком, то право вести игру переходит к другому игроку. Если «хан» выпадает стороной «алшы», то каждый из игроков должен постараться заполучить его себе. Тот, кому попадет «хан», и будет победителем. **(К, Ф)** Разделить класс на несколько групп и дать задание на демонстрацию жестовсудьи используемые в игре «Асык» **Бук** –положение вытянутойруки, когда пальцы рук собранных в кулак повернуты вниз. **Шік**–положение вытянутойруки вперед когда пальцы сжатые в кулак обращены вверх. **Алшы**–положение сжатой вкулак вытянутой руки, когдабольшойпалецвыставленпрямо вверх. **Тайке** -положение кисти руки,когда всепальцывытянутывперед. **Омпа**– положение вытянутойвпередруки	соблюдение правил игры и технику безопасности. Проанализируйте действия игроков. Обсудите правила соревновательной деятельности и правила судейства, действия игроков.	

skk.edu.kz

		когдачетырепальцакистиобращенывертикально вниз (под 90^0). **Шоңқы**–положение вытянутойвперед руки, когда четырепальцакистиобращенывертикально вверх (под 90^0).В случаенарушенияигрокомправилсоревнований судьяподнимаетрукуссинейповязкой и останавливает игру. В **случаенарушения**игрокомправилсоревнованийсудьяподнимаетрукуссинейповязкой и останавливает игру. 		
		 **(Г, Ф) «Какпакыл»**(«Каржу» - игра на доске); Эта игра состоит из трех этапов: Судья высыпает асыки на «кошму» вдали другот друга. Участник, бросив вверх удобный асык из своей руки, должен подхватить следующий асык с кошмы и поймать подкинутый асык, не допуская его падения, на землю. Отложив пойманный, вновь повторяет данный технический прием. Таким же образом он подбирает третий, четвертый, пятый асыки. Если поймает эти пять асыков, не допуская промахов, получит 10 очков.Уронивший один из пяти асыков, отнимается 1 очко. При потере двух, отнимается два очка. Если не сможет пойматьбросивший вверх «сақа», отнимается 2 очка. Таким образом если три раза не сможет поймать подброшенный вверх свой асык, игра будет приостановлена.Однако участник	Контролируйте количество набранных баллов. Для повышения двигательной активности разделите класс на несколько групп. Для проведения данной игры в спортивном зале применяется доступный спортивный инвентарь. Спросите: как можно усложнить данную игру? Какие навыки развивает данная игра?	Ссылка на интернет ресурс Какпалы «Каржу»(31-33 стр.): http://www.tursport.akmol.kz/public/uploads/pravila_igri_asik.pdf

smk.edu.kz

		сохранит очки, набранные до этого.		
2.5 Критически оценивать собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения	6.2.5.1 - понимать и применять собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения	**(Г, Ф) «Бес табан»** («Пять стоп» - игра на площадке) Класс делится на несколько групп. На площадке рисуется полоса кона. На это место каждый участник ставит по два «топая». В 5 метрах от полосы кона проводится полоса, с которой метается сака, выбивающий выстроенные «топаи». Участники должны по очереди сбивать с этой полосы выстроенные на коне «топаи» на расстояние более 50 сантиметров. Пятка игрока, метающего «топай», не должна преступать стрельбовую линию. Выбитый топай будет принадлежать участнику, который сбил его. Если он не сможет его выбить, задетый топай будет выставлен заново, после чего бросать будет следующий участник. Игра продолжается по очереди. Победитель - участник, набравший большее количество «топаев». **(К, Г, Ф) «Алшы»** Каждый игрок по 1 кенаю выстраивают сомкнутый четырехугольник. Участникам раздается по 1 сака и по 4 игровыхасыка. Таким образом, на кон выставляется 4 асыка. Асыки должны ставиться в плотную друг к другу (в кучу).Игроки будут бросать по очереди. Начинающий игрок старается метнуть свой «сака» (биток) подальше, чтобы обезопасить себя от меткого выстрела соперников. Последующие игроки могут последов этой тактической уловке. После приземления «сака» игрок произносит «жаттым» (лёг). Если брошенный сака лежит удобно для броска, то последующий игрок может взять на прицел и поразить её. Владелец сака в данном кону выбывает из игры и вступает в игру лишь со следующего кона. Таким образом он может поразить «сака» и других соперников. Если удобных для поражения «сака» нет, то он может поразить (шыр) состоящий из «кенаев»	В «Бес табан» обычно играют «топаем». Однако, чтобы не допустить угрозу здоровью детей, рекомендуется использовать безопасный спортивный инвентарь. Спросите: Как вы можете улучшить игру? Контролируйте количество набранных очков. Игра проводится на площадке На середине рисуется круг диаметром 8 метров. Разделяя круг, проводится линия кона. Начертив круг радиусом равным двух кратной величине расстоянию между большим и средним пальцем (приблизительно 20 см). . Обсудите с учащимися действие отдельных	Ссылка на интернет ресурс игру Бестабан (34 стр.): http://www.tursport.akmol.kz/public/uploads/pravila_igri_asik.pdf Большое игровое пространство. Асыки, мел, конусы, свисток. Ссылка на интернет ресурс игру Алшы (34-36 стр.): http://www.tursport.akmol.kz/public/uploads/pravila_igri_asik.pdf

smk.edu.kz

		каждого игрока, построенных внутри круга. При поражении «кенаев» он может забрать, как трофей кенай, который оказался в одной позе с «сака» игрока поразившего цель. Если «кенайи» не легли в одинаковой позе, но сака оказалась в позе «алшы» то игрок имеет право на дополнительный бросок. Если «сака» легла в позе «тайке», то он имеет право на бросок в сторону, с целью затруднить свой «сака» от поражения соперниками. Это правила действует и при метании на поражение «сака» соперника. Если сака при метании не поражает цель и ложиться в позе, двух указанных выше, то она остается лежать на этом месте, где приземлилась. Следующий игрок, в данном случае легко может поразить данное «сака». По завершении игры победителем признается тот игрок, который выиграл большее количество «сака» и кенаев.	игроков.	

smk.edu.kz

Физическая культура Основная школа 6 класс		
Раздел: 5 Лыжная/кроссовая/коньковая подготовка		
Предварительные знания		
Учащиеся имеют предварительные знания и навыки скоростно-силовой подготовки и выносливости, полученные в предыдущих разделах и классах, а также дома и внеурочной деятельности.		
Контекст		
Учащиеся анализируют и развивают свое понимание ключевых концепций и вопросов, касающихся беговой выносливости посредством физических упражнений, которые ориентированы на развитие физических качеств: сила, скорость, выносливость.		
Языковая цель обучения данного раздела **Пример** языковой цели обучения с соответствующей академической/школьной терминологией приведен ниже, для того чтобы помочь учащимся достичь цели изучения предмета данного раздела.		
Языковая цель обучения	**Предметная лексика и терминология**	**Полезные фразы для диалога/письма**
Учащиеся умеют: • Описывать и обсуждать о пользе физических упражнений для развития и укрепления здоровья.	Включает: • пульс в момент отдыха, рабочий пульс, пульс в момент восстановления • сердечно-сосудистая система • разминка, техника восстановления • бег на месте, попеременный одношажный ход, спуски, подъемы, повороты • торможение «плугом», скольжение, пауза • физические качества: сила, скорость, выносливость, ловкость	*Вопросы для обсуждения:* • Как физические упражнения влияют на ваше настроение и хорошее самочувствие? • Как вы понимаете разницу между низкой средней и высокой интенсивности выполнения упражнений? • Почему важно проводить разминку перед физическими нагрузками? • Что происходит с температурой тела, когда занимаемся физической культурой? • Можете ли вы сказать, почему ваше сердце бьется быстрее, когда мы занимаемся физическими упражнениями? • Можете ли вы сказать, почему так важно, восстанавливаться после физической активности?

smk.edu.kz

См. выше «О языковых целях» для формирования других языковых целей обучения, и для получения дополнительных указаний по целям преподавания и изучения академического языка.
Краткий обзор
В этом разделе особое внимание уделено упражнениям на развитие выносливости, которая улучшается посредством бега и передвижения на средние дистанции. Также рассматривается важность разминки и упражнений на восстановление организма после занятий физическими упражнениями.

smk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки для учителя по методике преподавания	Учебные ресурсы
3.4 разрабатывать и применять стратегии управления рисками в ряде физических нагрузок, направленных на укрепление здоровья	6.3.4.1 - понимать спортивно-специфическую технику безопасности, нормы и правила, направленные на укрепление здоровья;	**Техника безопасности.** **Развитие специфических двигательных способностей**		
		(К, Г, Ф) Учитель проводит инструктаж по техники безопасности. Учащиеся рассматривают основные требования безопасности при беге, катании на лыжах и коньках, направленные на укрепление здоровья.	Инструктаж по технике безопасности в зависимости от видов предполагаемой деятельности по лыжной, коньковой и кроссовой подготовке.	Ссылка на инструкцию по технике безопасности: instruktsiya_po_tekhnike_bezopasnosti_pri_zanyatiyakh_lyzhnoy_podgotovkoy_kruk_n.e.pptx Ссылка: ТБ по легкой атлетике http://marisoft.ru/load/tb/tekhnika_bezopasnosti_pri_provedenii_zanjatij_po_legkoj_atletike/14-1-0-190
3.2 разрабатывать и проводить подходящие для видов деятельности разминки и техники восстановления	6.3.2.1 - объяснять влияние на организм ключевых компонентов разминки и техники восстановления и воспроизводить их	**Лыжная подготовка:** **(К, Г)** Учащиеся замеряют пульс в покое и записывают его. Проводят разминку в течении 5минут. После этого, измеряют свой рабочий пульс. После двух минут, измеряют пульс в период восстановления. **(К, Г, Ф)** Учащиеся проходят дистанцию 1 км, применяя попеременный двушажный и одновременный одношажный ходы. После прохождения дистанции обсуждают технику исполнения ходов и исправляют ошибки. Учащиеся предлагают технику восстановления после прохождения средней дистанции, объясняют влияние на организм ключевых компонентов разминки и техники восстановления.	Разминка позволяет подготовить мышцы к выполнению физических упражнений и защищает детей от получения всевозможных травм в процессе занятия. Обсудите разницу между пульсами (рабочим, восстановительным) и изменениями, которые происходят после пятиминутной, энергичной разминки. Спросите, как вы чувствуете себя после	Большое свободное пространство: лыжный стадион, ледовый корт, стадион, пересечённая местность Ссылка на интернет ресурсы Лыжная подготовка: https://www.youtube.com/watch?v=MPwX526fRN8

smkedu.kz

			разминки?	
		Коньковая подготовка: **(К, Г)** Учащиеся замеряют пульс в покое и записывают его. Проводят разминку в течении 5минут. После этого, измеряют свой рабочий пульс. После двух минут, измеряют пульс в период восстановления. **(К, Г, Ф)** Учащиеся проходят дистанцию по ледовому корту применяя технику скольжения на коньках, входа в поворот и выхода из поворота, бегутпо прямой. После прохождения дистанции обсуждают технику прохождения и исправляют ошибки. Учащиеся предлагают технику восстановления после прохождения средней дистанции, объясняют влияние на организм ключевых компонентов разминки и техники восстановления.	Разминка позволяет подготовить мышцы к выполнению физических упражнений и защищает детей от получения всевозможных травм в процессе занятия. Обсудите разницу между пульсами (рабочим, восстановительным) и изменениями, которые происходят после пятиминутной, энергичной разминки. Спросите, как вы чувствуете себя после разминки?	Коньковая подготовка: Ссылка на интернет ресурсы: https://www.youtube.com/watch?v=D3Zg9AY4TmM https://www.youtube.com/watch?v=qS0eUwNCAk0 Коньки - эстафеты https://www.youtube.com/watch?v=GwZtKYngr50
		Кроссовая подготовка: **(К, Г)**Учащиеся замеряют пульс в покое и записывают его. Проводят разминку в течении 5минут. После этого, измеряют свой рабочий пульс. После двух минут, измеряют пульс в период восстановления. **(К, Г, Ф)** Учащиеся проходят дистанцию 800-1200 метров по спортплощадке или по пересечённой местности, применяя технику бега на средние дистанции. После прохождения дистанции обсуждают технику бега и правильного дыхания во время выполнения задания.	Разминка позволяет подготовить мышцы к выполнению физических упражнений и защищает детей от получения всевозможных травм в процессе занятия. Обсудите разницу между пульсами (рабочим, восстановительным) и изменениями, которые происходят после	Большое, свободное пространство для каждого задания. Спортивный инвентарь по выбору учителя на кроссовую подготовку Ссылка на интернет ресурсы: Влияние физических

snk.e-u.kz

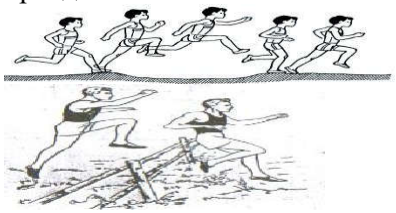
		Учащиеся предлагают технику восстановления после прохождения средней дистанции, объясняют влияние на организм ключевых компонентов разминки и техники восстановления.	пятиминутной, энергичной разминки. Обратите внимание на техникубега. Она должна быть свободной, маховой. При этом туловище слегка стоит наклонить вперед, согласовать движения рук и ног. Главное, чтобы все движения были естественными, легкими и непринужденными. Спросите, как вы чувствуете себя после разминки?	упражнений на организм человека: http://vahe-zdorovye.ru/novosti/vliyanie-fizicheskix-uprazhnenij-na-organizm-cheloveka
3.1. Формировать знания о личном здоровье и здоровом образе жизни	6.3.1.1 - уметь определять риски по отношению к собственному здоровью;	**Упражнения на развитие силы и выносливости**		
		Лыжная подготовка: **(К, Г, Ф)** Учащиеся проводят разминку, соответствующую предстоящей деятельности, работают на лыжне над техникой лыжных ходов. Задание на развитие скоростно-силовой выносливости: прохождение дистанции на максимальной скорости по длительности – 20секунд, возвращение на исходную. Делаем подобную вторую попытку, такой же отдых и т. д. Достаточно выполнить 4 – 5 повторений. **(К, Г, Ф)**Учащиеся разрабатывают и проводят эстафету, включая в них этапы с разновидностями эстафетного бега.	Обратить внимание учащихся на необходимость восстановления дыхания. Спросите, о мерах безопасности по отношению к своему здоровью?Какие физические качества развиваются в данном задании? Проанализируйте качество разработанных эстафет.	Большое, свободное пространство для каждого задания. Ссылка на интернет ресурс: Лыжная подготовка: https://www.youtube.com/watch?v=MPwX526fRN8
		Коньковая подготовка: **(К, Г, Ф)** Учащиеся проводят разминку соответствующую предстоящей деятельности, работают над техникой скольжения**.** Задание на развитие скоростно-силовой выносливости:	Обратить внимание учащихся на необходимость восстановления дыхания.Спросите, о	Коньковая подготовка: https://www.youtube.com/watch?v=D3Zg9AY4TmM https://www.youtube.com

smk.edu.kz

		прохождение дистанции на максимальной скорости по длительности – 20секунд, возвращение на исходную. Делаем подобную вторую попытку, такой же отдых и т. д. Достаточно выполнить 4 – 5 повторений. **(К, Г, Ф)**Учащиеся разрабатывают и проводят эстафету, включая в них этапы с разновидностями эстафетного бега.	каких мерах безопасности мы должны знать,во время коньковой подготовки?Какие физические качества развиваются в этом упражнении? (выносливость, мышечная выносливость). Проанализируйте качество разработанных эстафет.	/watch?v=qS0eUwNCAk0 Коньки - эстафеты https://www.youtube.com/watch?v=GwZtKYngr50
		Кроссовая подготовка **(К, Г, Ф)** Учащиеся проводят разминку соответствующую предстоящей деятельности, работают над техникой бега и правильным дыханием во время бега. Задание на развитие скоростно-силовой выносливости: прохождение дистанции на максимальной скорости по длительности – 20секунд, возвращение на исходную. Делаем подобную вторую попытку, такой же отдых и т. д. Достаточно выполнить 4 – 5 повторений. **(К, Г, Ф)** Учащиеся разрабатывают и проводят эстафету, включая в них этапы с разновидностями эстафетного бега.	Обратить внимание учащихся на необходимость восстановления дыхания.Спросите, о каких мерах безопасности мы должны знать,во время коньковой подготовки?Какие физические качества развиваются в этом упражнении? Проанализируйте качество разработанных эстафет.	Большое, свободное пространство для каждого задания. Спортивный инвентарь по выбору учителя на кроссовую подготовку Влияние физических упражнений на организм человека: vahe-zdorovye.ru/novosti/vliyanie-fizicheskix-uprazhnenij-na-organizm-cheloveka
1.4 оценивать собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных	6.1.4.1 - понимать и объяснять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных	**Лыжная подготовка:** **(К, Г, Ф)**Учащиеся проходят дистанцию 1000-1500 метров по лыжной трассе. Демонстрируют и применяют технику различных лыжных ходов на равнинных участках и на подъёмах. Темп прохождения дистанции учащиеся выбирают с учётом своей физической подготовленности. Для учащихся	Обратите внимание,что темп в прохождении дистанции учащиеся выбирают с учетом своей физической подготовленности. Важно научить занимающихся	Большое, свободное пространство для каждого задания. Ссылка на интернет ресурс лыжная подготовка:

smk.edu.kz

действий	действий	важно научиться выбирать оптимальную скорость. Финишное ускорение, его продолжительность зависит от индивидуальных особенностей учащегося.	выбирать оптимальную скорость передвижения, Спросите, какие вы приобрели умения для улучшения выполнения двигательной деятельности?	https://www.youtube.com/watch?v=MPwX526fRN8
		Коньковая подготовка: **(К, Г.Ф)**Учащиеся в группах, парах работают по заданию. Пробегают три отрезка по 100метров с различной скоростью, при этом ставится задача измерить время пробегания этого отрезка и подсчитать число шагов. После каждого пробегания отрезка в парах проводят оценивание собственных умений и умения других для улучшения выполнения двигательных действий.	Повторный бег на 100 м с хода, со средней скоростью прохождения. Ставится задача измерить время пробегания этого отрезка и подсчитать число шагов. От чего зависит количество шагов в пробегании отрезков 100метров? Можете ли вы сказать, почему так важно, восстанавливаться после физической активности?	Коньковая подготовка: https://www.youtube.com/watch?v=D3Zg9AY4TmM https://www.youtube.com/watch?v=qS0eUwNCAk0 Коньки - эстафеты https://www.youtube.com/watch?v=GwZtKYngr50
		Кроссовая подготовка: **(К, Г, Ф)** Учащиеся преодолевают дистанцию 1500метров. Темп прохождения дистанции учащиеся выбирают с учётом своей физической подготовленности. Для учащихся важно научиться выбирать оптимальную скорость. Финишное ускорение, его продолжительность зависит от индивидуальных особенностей учащегося. **(К, Г, Ф)**Класс разделить на группы. Каждая группа разрабатывает и проводит эстафеты с искусственными препятствиями. Учащиеся преодолевают исскуственные препятствия	Напомните учащимся что, дыхание не задерживать, распределять собственные силы путем снижения и увеличения скорости бега. Спросите:Какие физические качества развиваются в данном задании? Проанализируйте качество разработанных эстафет.	Большое, свободное пространство для каждого задания. <u>Влияние физических упражнений на организм человека</u>: vahe-zdorovye.ru/novosti/vliyanie-fizicheskix-uprazhnenij-na-organizm-cheloveka Спортивный инвентарь по выбору учителя на

		придуманными другой командой и обсуждают какие препятствия были на их пути и как они их преодолели. 	Осудите основные двигательные навыки которые развивает данное задание.	кроссовую подготовку: скакалки, обручи, скамейки, барьеры
1.3 комбинировать навыки и последовательность движений при выполнении спортивно - специфических техник	6.1.3.1 - уметь выбирать навыки и последовательность движений при выполнении спортивно - специфических техник;	**Творческие задания на прохождение дистанции** **Лыжная подготовка:** **(К, Г, Ф)** Две команды разрабатывают и проводят свою игру или эстафету. Например: по сигналу первые номера каждой команды стартуют одновременным бесшажным ходом до флажка и возвращаются по накатанной лыжне. Передает эстафету касанием руки в плечо следующему и так далее. Побеждает команда, пришедшая к финишу первой.	Напомните учащимся технику бесшажного хода. Каждый участник добегает до флажка одновременнымбесшажным ходом, выполняя при этом мощный одновременный толчок двумя палками, с наклоном туловища вперед до горизонтального положения. Спросите:С какими сложностями вы столкнулись во время выполнения задания?	Большое, свободное пространство для каждого задания. Секундомер, лыжи, стойки, флажки .Ссылка на интернет ресурсы лыжная подготовка: https://www.youtube.com/watch?v=MPwX526fRN8
		Коньковая подготовка: **(К, Г, П, Ф)** Учащиеся выполняют упражнение: скольжение по дуге; скольжение на двух ногах - змейка. После выполнения задания в парах проводят взаимооценивание. Разрабатывают игру – эстафету с учетом закрепления техники скольжения по дуге.	При выполнении скольжения по дуге необходимоакцентированное встречное вращение плеч относительно таза, что помогает более естественно выполнить все движение. Спросите:С какими	Большое, свободное пространство для каждого задания. Секундомер, коньки, кубики. Ссылка на интернет ресурсы Коньковая подготовка:

snok.edu.kz

			сложностями вы столкнулись во время вашего задания?	https://www.youtube.com/watch?v=D3Zg9AY4TmM https://www.youtube.com/watch?v=qS0eUwNCAk0
		Кроссовая подготовка: Учащиеся в двух колоннах совершенствуют навыки и последовательность движений при выполнении спортивно - специфических техник: бег с высоким подниманием бедра; семенящий бег; бег толчками (прыжкообразный); бег с ускорением; отработка бега с высокого старта; бег по дистанции, прохождение поворотов; бег 200метров; финиширование; ходьба 50метров. **(К, Г, Ф)** «Знамя». Класс делится на две команды. Задача команды перебежать на сторону соперника, взять знамя и перебежать на свою сторону, но при этом, чтобы команда соперника не «заморозила» игрока. Если игрок пойман, он останавливается на месте, где его «заморозили», разморозить может только игрок своей команды касанием руки. Как только знамя перенесут на свою сторону, игра заканчивается.	Объясните учащимся, что кроссовая подготовка решает основные задачи: обучение способам передвижения; оздоровление и закаливание учащихся, развитие важнейших физических качеств: выносливость, сила, ловкость и др. При проведении кроссовой подготовки можно применять любые разновидности эстафет. Спросите: Как физические упражнения, влияют на ваше настроение и хорошее самочувствие? Почему некоторые задания требуют большей физической активности?	Большое, свободное пространство для каждого задания. Ссылка на интернет ресурсы Инвентарь на кроссовую подготовку по выбору эстафет. Влияние физических упражнений на организм человека: vahe-zdorovye.ru/novosti/vliyanie-fizicheskix-uprazhnenij-na-organizm-cheloveka
3.3 изучать и испытывать на практике упражнения различной физической нагрузки, их	6.3.3.1 - предлагать и демонстрировать упражнения с различной физической нагрузкой и их влияние на	**Лыжная подготовка** **(К, Г, Ф) К**ласс делится на группы и проходят дистанцию 1000метров по лыжной трассе с заданием. Первую половину дистанции проходят в равномерном темпе, вторую в среднем и выполняют финишное ускорение. Дать задание учащимся разработать упражнения	Контролируйте правильный выбор нагрузок на организм, учитывайте индивидуальный подход. Спросите: как вы понимаете разницу между	Большое, свободное пространство для каждого задания. Ссылка на интернет ресурс: Лыжная подготовка: https://www.youtube.com

smk.edu.kz

влияние и связь с энергетической системой организма	энергетическую систему организма по внешним признакам	с различной физической нагрузкой и после выполнения задания определить по внешним признакам влияние упражнений с различной физической нагрузкой на энергетическую систему организма.	низкой, средней и высокой интенсивности выполнения упражнении?	/watch?v=MPwX526fRN8 Влияние физических упражнений на организм человека: vahe-zdorovye.ru/novosti/vliyanie-fizicheskix-uprazhnenij-na-organizm-cheloveka Секундомер, лыжи, коньки.
		Коньковая подготовка **(К, Г, П, Ф)** В зависимости от подготовленности учащихся, класс делится на группы. Учащимся предлагается пробежать два круга: первый в равномерном темпе, второй в среднем темпе и в конце каждого круга выполнить финишное ускорение. После каждого круга учащиеся определяют по внешним признакам влияние упражнения с различной физической нагрузкой на энергетическую систему организма. Разрабатывают и проводят эстафету с различной физической нагрузкой.	Необходимо объяснить учащимся, что при физических нагрузках в мышцах образуется тепло, и организм отвечает увеличенным потоотделением. Также усиливается кровоток, кровь доставляет к мышцам кислород и необходимые питательные вещества, которые распадаются и выделяют энергию. Как вы понимаете разницу между низкой, средней и высокой интенсивности выполнения упражнении?	Коньковая подготовка: https://www.youtube.com/watch?v=D3Zg9AY4TmM https://www.youtube.com/watch?v=qS0eUwNCAk0
		Кроссовая подготовка: **(К, Г, Ф)** В зависимости от подготовленности учащихся, класс делится на группы, и проходит дистанцию два круга по 400метров по стадиону	Необходимо объяснить учащимся, что при физических нагрузках в мышцах	Большое, свободное пространство для каждого задания. Инвентарь на

smk.edu.kz

		или пересечённой местности с заданием. Первый круг дистанции проходят в равномерном темпе, второй в среднем темпе и в конце каждого круга выполняют финишное ускорение. После выполнения задания, учащиеся определяют по внешним признакам влияние упражнения с различной физической нагрузкой на энергетическую систему организма. Разрабатывают и проводят эстафету с различной физической нагрузкой.	образуется тепло, и организм отвечает увеличенным потоотделением. Также усиливается кровоток, кровь доставляет к мышцам кислород и необходимые питательные вещества, которые распадаются и выделяют энергию. Как вы понимаете разницу между низкой, средней и высокой интенсивности выполнения упражнении?	кроссовую подготовку по выбору эстафет. Секундомер. Влияние физических упражнений на организм человека: vahe-zdorovye.ru/novosti/vliyanie-fizicheskix-uprazhnenij-na-organizm-cheloveka

Физическая культура. Основная школа6 класс

Раздел 6:Приключенческие игры

Предварительные знания

Учащиеся обладают знаниями, умениями и навыками подвижных игр с элементами волейбола, полученными на уроке физической культуры в предыдущих классах и во внеурочное время

Контекст

В этом разделе, учащиеся в играх развивают свои общие навыки и особенно акцентируют внимание на улучшении своего стратегического мышления и понимания во время игры.

Языковая цель обучения данного раздела

Пример языковой цели обучения с соответствующей академическойтерминологией приведен ниже, для поддержки учащихся в достижении цели обучения предмета данного раздела

Языковая цель обучения	**Предметная лексика и терминология**	**Полезные фразы для диалога**
Учащиеся могут: • Описывать, обсуждать и демонстрировать свои навыки и понимание в приключенческих	Включает: • Атака, защита • Честная игра, взаимодействие соревнование	*Вопросы для обсуждения:* • Что такое активная форма деятельности? • Какой лучший способ завладеть инициативой на игровой площадке?

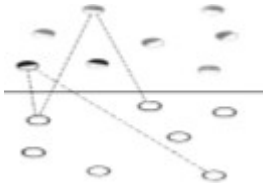
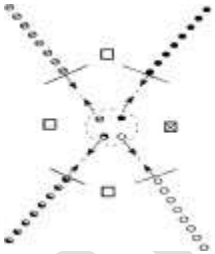
smk.edu

играх	• Ориентирование в пространстве • Командная работа • Тактика, стратегии, творческие способности • Лидерские навыки • Бег, изменение скорости, направления • Сотрудничество, критическое мышление	• Как добиться того, чтобы более эффективно действовать на игровой площадке, как команда? • Какие основные качества, необходимые чтобы стать успешным лидером? • Какие трудности возникли при выполнении задания? Есть ли необходимость обсуждать свои действия как команды во время перерывов в игре и поможет ли это в последующих действиях в учебной игре?
См. выше «О языковых целях» для формирования других языковых целей обучения, и для получения дополнительных указаний по целям преподавания и изучения академического языка		
Краткий обзор		
В данном разделе учащиеся работают над улучшением своего ориентирования в игровом пространстве, развивают навыки сотрудничества, критического мышления во время подвижных игр с элементами волейбола. Развивают свои лидерские навыки и навыки работы в команде. Учащиеся выполняют ролинападающего, защитника,судьи.		

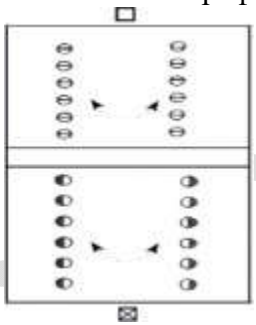
Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки для учителя по методике преподавания	Учебные ресурсы
3.4 разрабатывать и применять стратегии управления рисками в ряде физических нагрузок, направленных на укрепление здоровья	6.3.4.1 - понимать спортивно-специфическую технику безопасности, нормы и правила, направленные на укрепление здоровья	**Развитие навыков сотрудничества** **(К, Г, Ф)** Команда параллельно натягивает две верёвки (3м). Нужно прокатить волейбольный мяч по верёвке. Мяч прокатывается два раза туда и обратно. Если мяч упал, задание начинается заново. При перекатывании мяч руками не держать.	Объясните игру и сделайте обзор правил безопасности. Задача учителя, научить детей слушать и слышать других учащихся, уважать мнение своего одноклассника, дать ему возможность высказаться. Спросите: Какие трудности возникли при выполнении задания? На что следует обратить внимание при выполнении задания?	Большое игровое пространство, интерактивная доска, маркер, мячи, веревка, секундомер, свисток Ссылка на правила техники безопасности при занятиях спортивными и подвижными играми: http://nashyfizkultura.ru/tekhnika-bezopasnosti-2/bezopasnost-pri-zanyatiyakh-

				sportivnymi-i-podvizhnymi-igrami/bezopasnosti-pri-zanyatiyakh-sportivnymi-i-podvizhnymi-igrami
2.2 Развивать и применять лидерские навыки и навыки работы в команде	6.2.2.1 - определять и использовать лидерские навыки и навыки работы в команде	**(К, Г)**«Мяч капитану». Класс делится на несколько групп. Команды выстраиваются в колонны не менее чем в 1 м друг от друга. К ним лицом на расстоянии, встают капитаны (лидеры команд) с мячом в руках. Перед колоннами и капитанами проводятся ограничительные линии. По сигналу капитаны посылают свои мячи любой волейбольной передачей первым игрокам в колоннах. Те выполняют встречную передачу и уходят в конец колонн. Эстафета заканчивается, когда все участники выполнят передачу своим капитанам. По окончании эстафеты капитаны поднимают мячи над головой. Выигрывает команда, раньше выполнившая задание.	Обратите внимание учащихся, что нельзя наступать на ограничительную линию, не разрешается нарушать очередность выполнения передач в колоннах и пропускать передачи, при неудачном выполнении нужно повторить передачу, при падении мяча его подбирает тот, кому была адресована передача. Можно порекомендовать менее подготовленных учеников ставить в начало колонн – тогда им будет легче выполнить передачу.	Большое игровое пространство, мячи, мел, веревка, секундомер, свисток.
		(К, Г, Ф) «Мяч над веревкой» Класс делится на группы. Каждая команда старается перебросить мяч через сетку или веревку на площадку соперников так, чтобы он коснулся площадки, и одновременно не допустить этого на своей стороне. Игрок, поймавший мяч, должен бросить его обратно (или передать партнеру). За каждую ошибку минус один балл.	Ошибкой считается: падение мяча; касание его площадки; положение мяча «вне игры»; попадание в веревку или проброс под ней; выход игрока за линию площадки. Спросите: Какой лучший	Большое игровое пространство, мячи, секундомер, свисток, веревка, конусы. Ссылка на подвижные игры: http://www.gomelscouts.com/athletic-games.html

smk.edu.kz

		После этого мяч снова разыгрывается. Попадание мячом в сетку ошибкой не считается. Игра продолжается определенное время (5-10мин). Побеждает команда, набравшая больше балов. 	способ завладеть инициативой на игровой площадке? Как добиться того, чтобы более эффективно действовать на игровой площадке, как команда?Проанализируйте роль лидера и навыки командной работы.	
2.8 исполнять роли, обусловленные различными контекстами движений, и осознавать их различия	6.2.8.1 - осознавать и объяснять роли и их различия, обусловленные различными контекстами движений	**Решение проблем посредством игр**		
		(Г, Ф)«Мяч с четырех сторон». Игроки образуют четыре команды. По одному игроку от каждой команды с мячом в руках стоят в круге напротив шеренги своих игроков.  По сигналу они передают или пасуют мяч первому игроку своей команды. Получив мяч обратно, направляют его следующему игроку и т. д. Последний игрок, получив мяч, бежит с ним в круг, а стоящий в круге становится первым в колонне. Игра длится до тех пор, пока игрок, первым стоявший в круге, снова не окажется в нем. Нельзя создавать помех сопернику.	Заострите внимание учащихся, чтобы мяч передавали только установленным способом. Для игры необходимо разметить круг диаметром 2 м и от него на расстоянии 3—4 м контрольные линии. Обсудите роль пасующего и принимающего мяч их различия, обусловленные различными контекстами движений	Большое игровое пространство, мячи, секундомер, свисток. Ссылка на подвижные игры с элементами волейбола: http://www.mai-krkam.edusite.ru/DswMedia/voleybol.pdf

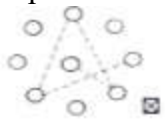
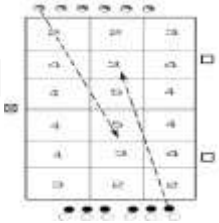
sm.edu.kz

		Выигрывает команда, все игроки которой быстрее побывали в круге.		
1.4 оценивать собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий	6.1.4.1 - понимать и объяснять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий	**(Г, П, Ф)** «Выполни пас над собой» Игроки каждой команды занимают свою половину волейбольной площадки и располагаются в двух шеренгах. В каждой шеренге столько человек, сколько имеется в наличии мячей. Шеренги по очереди выполняют десять передач над собой или удерживают мяч в воздухе определенное время. Каждая передача должна быть не менее чем на 2 м выше роста игрока. Игроки получают штрафное очко за недостаточную высоту передачи и за потерю мяча. Побеждает команда, сумевшая набрать меньшее количество штрафных очков 	Предложите альтернативные варианты игры, например: 1) соревнуются парные шеренги в верхней передаче мяча; 2) то же, но передача нижняя; На площадке должна быть начерчена прямая линия, зона передачи. В зависимости от числа играющих можно образовать несколько шеренг, расположенных на указанном расстоянии. Спросите: На что следует обратить внимание при выполнении задания? Какие эмоции Вы испытали выполняя это задание	Большое игровое пространство, мячи, секундомер, свисток. Ссылка на подвижные игры с элементами волейбола: http://www.maam.ru/detskijsad/podvizhnye-igry-i-igrovye-uprazhnenija-pri-obuchenie-igre-voleibol-v-dou.html
		(К, П, Ф) «Подвижная цель» На площадке следует начертить две параллельные линии на расстоянии 5—6 м одна от другой. Возле параллельных линий игроки выстраиваются парами в шеренгу. Между парами интервал 1 м.	Объясните учащимся, что такие игры развивают умение чувствовать партнёра и быстро реагировать на его движения, напомните, что	Большое игровое пространство, мячи, секундомер, обруч, свисток. Ссылка на игры с элементами

sn.edu.kz

		В руках у направляющих игроков волейбольный мяч. Игрок с обручем, поднятым вверх, начинает передвигаться вдоль пар. Как только обруч оказывается напротив игроков, те должны пасовать, передавать мяч, стремясь попасть в обруч. Игра длится до тех пор, пока не выполнят передачу все участники команды. За каждое попадание команде начисляется один балл, а за более быстрое окончание эстафеты — 5 баллов. Побеждает команда, которая набрала больше баллов.	передача и прием мяча может быть, как сверху, так и снизу. Водящий после первого паса может передвигаться с обручем дальше либо находиться между участниками до тех пор, пока они не попадут в обруч. Дайте задание учащимся проанализировать собственныеумения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий	волейбола: http://avangardsport.at.ua/blog/volejbol/1-0-2#.WP1_nPnyjIV

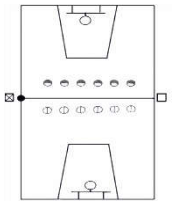
smk.edu.kz

2.3 демонстрировать ряд навыков совместной и эффективной работы по созданию благоприят-ной учебной среды	6.2.3.1 - определять и использовать ряд навыков совместной эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды	**Развитие критического мышления через приключенческие игры** **(К, Г)**«Мяч — партнеру». 6 - 10 игроков одной команды располагаются по кругу, а один из другой команды — в центре круга. По сигналу игроки, стоящие по кругу, передают мяч друг другу, а тот, кто стоит в центре, пытается коснуться мяча. При перехвате мяча водящим или потере его учитель отмечает этот момент и дает сигнал о продолжении игры. Побеждает команда, сумевшая дольше удержать мяч, не давшая ему упасть или быть перехваченным игроками команды соперника. 	Необходимо следить, чтобы водящий не подходил вплотную к игрокам в круге. Для этого очерчивают границу круга водящего. Применяется только верхняя либо нижняя передача.Мячи можно передавать в различных направлениях в пределах круга.	Большое игровое пространство, мячи, секундомер, свисток. Ссылка на подводящие игры и эстафеты к волейболу: https://infourok.ru/podvodyaschie-igri-i-estafeti-k-voleybolu-927696.html
2.5 критически оценивать собственные творческие способности и способности других, а так же предлагать альтернативные решения	6.2.5.1 - понимать и применять собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения	**(Г, Ф)** Команды располагаются в шеренгах за лицевыми линиями. Игроки обеих команд по очереди выполняют по 6 подач, стремясь попасть в квадраты с цифрами и набрать больше очков. При ошибках на подаче перебивать мяч не разрешается и очки не начисляются. Побеждает команда, набравшая большее количество очков. 	Способ выполнения подачи устанавливает учитель. Цифра в квадрате соответствует количеству начисляемых очков. Спросите: Какие творческие способности применяли, чтобы набрать больше количество очков? Обсудите предложенные альтернативные решения.	Большое игровое пространство, мячи, секундомер, свисток. Ссылка на игровые задания с элементами волейбола: http://pedlib.ru/Books/6/0301/6_0301-126.shtml

smk.e-uk.kz

		(Г, Э, Ф) Используя имеющий спортивный инвентарь, учащиеся работают в группах из 5-6 человек над разработкой физического упражнения, которое способствует развитию тактического взаимодействия и критического мышления. Они делятся им с другой группой. Затем каждая группа предлагает альтернативные решения,обратную связь, сообщает, было ли задание разработано качественно и достигло ли целей.	Каждый учащийся посредством обсуждения с партнером изучает и оценивает социальные навыки и навыки критического мышления в рамках данной части раздела. Они дают комментарии относительно того, насколько хорошо они поработали в группе. Учатся оценивать друг друга. Проанализируйте способы дальнейшего развития игры посредством изменения системы оценивания или позиций игроков?	Большое игровое пространство, мячи, секундомер, свисток. Ссылка на подвижные игры при обучении волейболу: http://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2012/04/20/ispolzovanie-podvizhnykh-igr-pri-nachalnom-obuchenii
2.1 Адаптировать приобретенные знания, связанные с движением, для реагирования на изменяющиеся обстоятель	6.2.1.1 - определять и применять приобретенные знания, связанные с движением, для реагирования на изменяющиеся обстоятельства	**«Честная игра» и сотрудничество** **(К, Г)** «Оборона крепости». Команды располагаются по кругу. Снаружи—нападающие, внутри—защитники, в центре — "крепость". Нападающие передают волейбольный мяч руками друг другу и при удобном случае стремятся пробить по "крепости". Игроки, защищающие "крепость", должны отбивать мяч двумя руками снизу, двумя руками сверху или одной рукой. Побеждает команда, которая быстрее разрушила "крепость".	Обратите особое внимание на технику приема мяча защитниками. "Крепостью" может быть треножник из трех гимнастических палок, связанных вверху веревкой, или 3—5 булав, конусов и т. д. Вариант игры: можно использовать два мяча, постепенно расширяя границы "крепости". Дайте задание учащимся определить приобретенные знания, связанные с	Большое игровое пространство, мячи, гимнастические палки, веревка, конусы, свисток для учителя. Ссылка на подвижные игры с элементами волейбола: https://infourok.ru/statya_po_teme_ispolzovanie_podvizhnyh_igr_na_zanyatiyah_po_voleybolu-426563.htm

sm.edu.kz

			движением, для реагирования на изменяющиеся обстоятельства	
2.6 знать правила соревновательной деятельности и правила судейства	6.2.6.1 - понимать правила соревновательной деятельности и правила судейства	**(К, Г, Ф)** «Баскетбол».Две команды играют в баскетбол, но ведение и передача мяча партнерам осуществляются как в волейболе. При ведениях игроки, перемещаясь, подбивают мяч одной или двумя руками вверх.  Передачи можно выполнять стоя на полу или в прыжке. Касаться мяча можно только один раз.При потере мяча одной командой он выбрасывается из-за боковой линии игроками другой команды путем паса двумя руками. Ведение мяча с ударами об пол не разрешается. Побеждает команда, забросившая больше мячей любой волейбольной передачей.	Напомните учащимся правила соревновательной деятельности и правила судейства. При атаке кольца можно использовать как прямое попадание мяча в кольцо, так и с отскоком от квадрата.Кольца можно заменить мишенями на стене. Назначьте некоторых учащихся в роли судьи. Спросите: Есть ли необходимость обсуждать свои действия как команды во время перерывов в игре, и поможет ли это в последующих действиях в учебной игре? Какие трудности возникали при организации судейства?	Большое игровое пространство, мячи, секундомер, свисток. Ссылка на игру от пионербола к волейболу: http://festival.1september.ru/articles/533057/

smk.edu.kz

Физическая культура Основная школа 6 класс		
Раздел: 7 -Улучшение навыков посредством игр		
Предварительные знания		
Учащиеся обладают знаниями, умениями и навыками в командных играх, приобретенными в предыдущих классах и во внеурочное время.		
Контекст		
Учащиеся развивают технические и тактические навыки в командных играх, обращая особоевнимание на развитие улучшении своего стратегического мышления и понимания в игровой деятельности.		
Языковая цель обучения данного раздела **Пример** языковой цели обучения с соответствующей академической терминологией приведен ниже, для того чтобы помочь учащимся достичь цели изучения предмета данного раздела.		
Языковая цель обучения	**Предметная лексика и терминология**	**Полезные фразы для диалога**
Ученики могут: • Обсуждать и демонстрировать свои навыки и понимания, в командных играх	Включает: • честная игра • атака, защита • игры с элементами нападения • перемещение,атакующий удар • ориентирование в пространстве • владение, финты и остановка мяча • тактика, стратегии, навыки • бег, изменение скорости и направления движения • ведение мяча, передачи короткие и длинные • пас, бросок, передача • вратарь, бомбардир, наблюдатель • система подсчета очков, правила	*Вопросы для обсуждения:* • Как вы совершенствуете навыки владения мячом? • Какой лучший способ вывести из игры игрока-защитника? • Какие тактики и стратегии вы использовали при перемещении с мячом? • Какую тактику вы использовали, чтобы перехватить мяч? • Зачем вам необходимо улучшать передвижения на игровой площадке, когда вы идете в атаку? • Почему лучше концентрировать свое внимание на одном игроке или лучше отмечать положение всей команды соперника?
См. выше «О языковых целях» для формирования других языковых целей обучения, и для получения дополнительных указаний по целям преподавания и изучения академического языка		
Краткое содержание		

smk.edu.kz

В данном разделе учащиеся работают над улучшением своего ориентирования в игровом пространстве. Уделено внимание обучению технической и тактической подготовки посредством подвижных игр. Учащиеся находятся в разных ролях: как игроки, судьи и составители игр. Во время и после игры, у них есть возможности подумать над их собственным и командным прогрессом.

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки для учителя по методике преподавания	Учебные ресурсы
3.4 Разрабатывать и применять стратегии управления рисками в ряде физических нагрузок, направленных на укрепление здоровья	6.3.4.1 - Пониматьспортивно-специфическую технику безопасности, нормы и правила, направленные на укрепление здоровья	**Техника безопасности. Развитие основных элементов техники владения мячом**		
		(К, П, Ф) Учитель проводит инструктаж по технике безопасности. **(П, Г, Д, Э) «Передачи мяча ногами».** Учащиеся делятся на две команды (по 5-6 человек), каждая выстраивается по кругу на расстоянии вытянутых рук. Получается 2 круга. Учащиеся в кругу рассчитываются по порядку номеров. Первые номера становятся в середину своего круга и кладут перед собой мяч. Стоящие по кругу могут отметить свои места чёрточками или кружочками. По общему сигналу стоящие в центре учащиеся передают ногой мяч вторым номерам, получают его обратно и передают третьим. Получив от них пас, передают мяч четвёртым номерам и т.д.	Объяснить учащимся, что необходимо соблюдать технику безопасности во время игры. - обратить внимание на правильность выполнения игры; - выявить и исправить ошибки после выполнения задания всей группой; Правила запрещают пропускать кого-либо из игроков, стоящих в кругу. Мяч можно передавать с обязательной остановкой его стопой или же с ходу без остановки, что быстрее, хотя и сложнее. Спросить: Как вы совершенствуете навыки владения мячом?	Большое свободное пространство, свисток для учителя, футбольные мячи. Ссылка на интернет ресурсы: Подвижные игры http://www.dou459.forchel.ru/blogs/sportiya/a/502-Podvizhnyie-igryi-dlya-obucheniya-igre-v-futbol.html Большое свободное пространство, свисток для учителя, футбольные мячи.
1.1 Развивать точность, контроль и маневренность при выполнении различных	6.1.1.1- Применять двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности в	**(К, П, Ф) «Теннис с футбольным мячом».** Размеры игровой площадки определяются числом игроков. При игре 1х1 игровая площадка не должна превышать 10х5 метров. При игре 4х4 рекомендуются размеры 20х10 метров. Канат, натянутый на высоте примерно 1-1,5 метра, делит площадку на две части. Каждая	Варианты игры: 1. Можно играть любой частью тела и совершать не более трех касаний мяча, посылая третьим ударом мяч через канат.	Большое свободное пространство, свисток для учителя, футбольные мячи. Ссылка на интернет

спортивно-специфических двигательных действий	небольшом диапазоне спортивно - специфических двигательных действий	команда стремится перевести мяч на сторону соперника так, чтобы тот не смог его отбить. Ошибкой считается, если мяч пролетит под канатом или коснется его во время подачи; если мяч коснется земли за пределами площадки. Подача осуществляется подъемом ноги с задней линии. Каждая ошибка засчитывается как проигранное очко. Игра продолжается до 20 очков. Если у одной команды 20 проигранных очков, а у другой 19, то игра продолжается до тех пор, пока одна из команд не достигнет преимущества в 2 очка. Попадание мяча на нейтральную зону засчитывается как ошибка. Игрокам не разрешается заступать на нее.	2. Разрешено одно (два, три) касания мяча о землю в зависимости от уровня подготовленности играющих. 3. Передачи можно выполнять только подъемом ноги.Играть разрешается только головой. В этом случае канат поднимается на высоту до 2 метра. 4. Каждая команда имеет право трижды сыграть мячом, но он не должен касаться пола. Предложите алтернативные варианты игры. Спросите: Почему лучше концентрировать свое внимание на одном игроке или лучше отмечать положение всей команды соперника?	ресурсы: Подвижные игры Свисток, канат, мяч, https://summercamp.ru/%D0%9F%D0%BE%D0%B4%D0%B2%D0%B8%D0%B6%D0%BD%D1%8B%D0%B5_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D1%8B_%D1%81_%D0%BC%D1%8F%D1%87%D0%BE%D0%BC
1.2 Создавать и применять комбинации движений и их последовательность в различных видах физических упражнений	6.1.2.1 - Уметь составлять и выполнять комбинации движений и их последовательность в некоторых упражнениях	**Навыки ориентирования в игровом пространстве**		
		(К, Д) «Пробеги с мячом». Научить передвижению с мячом. Развить быстроту передвижений. Каждый играющий получает мячи становится с ним на одной стороне площадки. По сигналу учителя все дружно устремляются передвигаться с мячом, оббегая по восьмерке лежащие на полу предметы через площадку. Стараться при этом не отпускать мяч от себя далеко. Побеждает тот, кто быстрее выполнит задание. **(Г, Ф) Учащиеся в группах выполняют задания по**	Обратите внимание на выполнение комбинации движений. Спросить: Какие тактики и стратегии вы использовали при перемещении с мячом?	Большое свободное пространство, мяч, свисток для учителя,секундомер Ссылка на интернет ресурсы Подвижные игры http://www.dou459.forchel.ru/blogs/sportiya/a/502-Podvizhnyie-igryi-dlya-obucheniya-igre-v-futbol.htmlподвижные

		составлению и выполнению комбинации движений и их последовательности по овладению навыка передвижения с мячом.		
2.4 оценивать правила и структурные приемы для оптимиза-циидеятельнос-ти и разработки альтернатив в рамках физических упражнений	6.2.4.1 - Понимать и применять правила и структурные приемы для оптимизации деятельности и разработки альтернатив в рамках физических упражнений	**(К) «Третий лишний с мячом»** Количество учащихся *-16 -20 чел.*В центре площадки очерчивают круг диаметром 12 -16 м. Учащиеся в парах в затылок друг другу размещаются по кругу. Расстояние между парами 1-2 м. Учитель назначает двух водящих: одного убегающего, другого догоняющего, у обоих по мячу.По звуковому сигналу убегающий, ведя мяч ногой, старается как можно дальше оторваться от догоняющего и затем неожиданно стает перед одной из пар, задний игрок, которой быстро убегаетс мячом. Игра будет интереснее, если этот сзадистоящий игрок станет догоняющим и сможет «коснутся» другого до тех пор, пока он не встанет перед какой-нибудь парой.	Правила игры: 1. Играющие при беге не имеют права касаться руками или другими частями тела других игроков. 2. Сзадистоящему из пары нельзя стартовать раньше, чем впереди встанет убегающий. 3. Убегающему нельзя пробегать внутри круга, в противному случае он становится догоняющим.	Большое свободное пространство, Свисток, секундомер Ссылка на интернет ресурсы: Подвижные игры http://futbol-prepod.narod.ru/index/0-7
1.5 Применять и оценивать тактики, стратегии и структурные	6.1.5.1 - Понимать и применять тактики, стратегии и композиционные идеи в ряде физических упражнений	**Основы тактических действий** **(П, Г, Д) «Выбей мяч из круга».** Учащиеся становятся в круг на расстоянии вытянутых рук. Водящий выходит с мячом в середину круга, кладёт мяч на землю и по сигналу старается выбить его ногой из круга, но так, чтобы он не пролетел выше коленей игроков. Стоящие по кругу задерживают мяч ногами и не дают ему вылететь из круга. Задержанный мяч игроки могут предавать ногами между собой, не давая его водящему.Если находящемуся в середине водящему не удаётся выбить мяч из круга, то на его место идёт игрок, пропустивший мяч с правой стороны от себя. Каждый игрок старается защитить промежуток между собой и соседом справа. Победителем считается тот, кто ни разу не был водящим или водил меньше всех.	Проведите инструктаж для обучающиеся по технике безопасности в зависимости от предполагаемого вида деятельности в данном игре.Игрокам не разрешается задерживать мяч руками. Мяч, пролетевший высоко над кругом, возвращается водящему. Спрсите: Какие тактики вы использовали, чтобы получить мяч? Какие тактики и стратегии вы использовали при перемещении с мячом?	Ссылка на интернет ресурсы: Подвижные игры Большое свободное пространство, Мяч, свисток для учителя, секундомер http://www.igraza.ru/page-3-1-8.html

		(К, Г, Д) «Два охотника». У каждого игрока имеется футбольный мяч, который он водит на ограниченной площадке. Два «охотника», передавая свой мяч ногами, пытаются при благоприятной ситуации задеть мяч одного из игроков. Если это удается, то тот игрок, чей мяч задет, становится помощником «Охотников». Он может вести и передавать мяч, но ему нельзя бить по чужим мячам. Побеждает тот, кто быстрее выполнит задание.	Следите за соблюдением павил игры и техники безопасности. Спросите: Почему лучше концентрировать свое внимание на одном игроке за один раз или лучше отмечать каждого соперника?	Большое свободное пространство, мяч, свисток для учителя, секундомер Ссылка на интернет ресурсы: Подвижные игры https://summercamp.ru/%D0%9F%D0%BE%D0%B4%D0%B2%D0%B8%D0%B6%D0%BD%D1%8B%D0%B5_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D1%8B_%D1%81_%D0%BC%D1%8F%D1%87%D0%BE%D0%BC
2.8Исполнять роли, обусловленные различными контекстами движений, и осознавать их различия	6.2.8.1 - Осознавать и объяснять роли и их различия, обусловленные различными контекстами движений	**Обзор и демонстрация собственных игр**		
		(К, Г, Д) "Эстафета с элементами футбола". Игра проводится на футбольном поле. Играющие делятся на две команды и выстраиваются в колонне по одному за средней линией, каждая лицом к противоположным воротам. Вратарь-игрок противоположной команды. Перед первыми номерами команд лежит по футбольному мячу.По сигналу учителя первые номера ведут ногами мяч к воротам и производят по ним удар из-за пределов штрафной площадки, подбирают мяч и ведут в направлении своей команды. Доведя мяч до своей колонны, передают его вторым номерам, а сами становятся в конец колонны. Побеждает команда, первой закончившая эстафету и набравшая больше баллов.	Правила игры. Игрокам нельзя начинать бег до получения мяча от своего партнера. При непопадании мяча в ворота следует подобрать его за лицевой линией и оттуда начать ведение в сторону своей команды.	Большое свободное пространство, Футбольный мяч, свисток Ссылка на интернет ресурсы: Подвижные игры https://summercamp.ru/%D0%9F%D0%BE%D0%B4%D0%B2%D0%B8%D0%B6%D0%BD%D1%8B%D0%B5_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D1%8B_%D1%81_%D0%BC%D1%8F%D1%87%D0%BE%D0%BC
1.6 Развивать навыки преодоления	6.1.6.1 - Понимать и уметь применять навыки преодоления	**(К, П) «Передача мяча по кругу».** В центре площадки очерчивают круг диаметром 12-16м. Игроки становятся по кругу и рассчитываются на	Объяснить учащимся, что необходимо соблюдать	Большое, свободное пространство для каждого вида

трудностей и реагирование на риски, связанные с двигательной активностью	трудностей и реагирования на риски, связанные с двигательной активностью	первый-второй. Каждая команда получает по мячу, которые находятся у игроков, стоящих рядом друг с другом. По звуковому сигналу каждая команда начинает как можно быстрее передавать мяч ногой по кругу: первые номера – по часовой стрелке, вторые – против, пытаясь обогнать другую команду. Победителем становится команда, которой удаётся первой закончить передачу мячей.	технику безопасности во время игры. Мяч должен передаваться в строгой последовательности, игрокам не разрешается ловить мяч другой команды или затруднять передачу мяча.	деятельности. Футбольные мячи, свисток, секундомер. Ссылка на интернет ресурсы: Подвижные игры http://www.igraza.ru/page-3-1-8.html

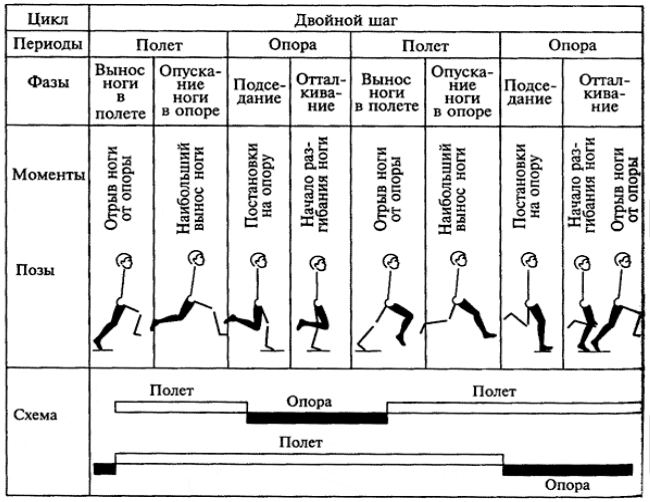
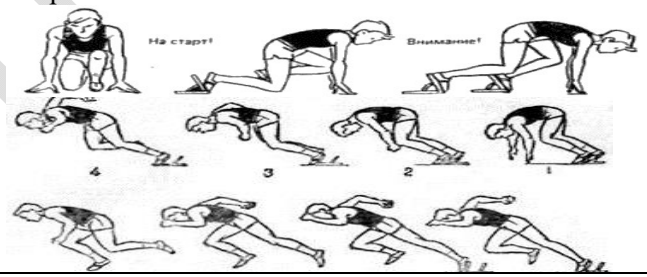
Физическая культура.Основная школа. 6 класс		
Раздел: 8 – Улучшение навыков бега, прыжков и метания		
Предварительныезнания		
Учащиеся имеют предварительные знания о концепциях лёгкой атлетики и здоровья, а также обладают навыками, полученными в предыдущих классах и вне школы.		
Контекст		
В этом разделе учащиеся улучшают свои навыки по бегу, прыжкам и метанию в совместной работе и на соревнованиях. Изучают основные понятия здоровья и применяют их в физической активности.		
Языковая цель обучения данного раздела **Пример** языковой цели обучения с соответствующей академической терминологией приведен ниже, для того чтобы помочь учащимся достичь цели изучения предмета данного раздела.		
Языковаяцельобучения	**Предметнаялексика и терминология**	**Полезные фразы для диалога**
Учащиеся могут: • обсуждать и демонстрировать свое понимание двигательной деятельности в легкой атлетике	Включают: • разбег, отталкивание, фаза полета, приземление • физические качества: сила, быстрота, выносливость • броски: метание, выталкивание, толкание, подбрасывание • безопасность, риск • стартовый разгон, бег по дистанции, финиширование	*Вопросы для обсуждения:* • Как прыжки воздействуют на сердцебиение? • Какие правила безопасности необходимо соблюдать на занятиях? • Как определять риски при метании по отношению к собственному здоровью? • Какие особенности старта и стартового разгона необходимы в беге?

smk.edu.kz

См. выше «О языковых целях» для формирования других языковых целей обучения, и для получения дополнительных указаний по целям преподавания и изучения академического языка
Краткий обзор
В рамках этого раздела, учащиеся работают над улучшением индивидуальных навыков движений при выполнении ряда легко атлетических упражнений. Особое внимание уделяется совершенствованию бега, прыжков, метаний и подвижным играм с элементами легкой атлетики. Учащиесяопределяют риски по отношению к собственному здоровью.

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки для учителя по методике преподавания	Учебные ресурсы
3.4 разрабатывать и применять стратегии управления рисками в ряде физических нагрузок, направленных на укрепление здоровья	6.3.4.1 - понимать спортивно-специфическую технику безопасности, нормы и правила, направленные на укрепление здоровья	**Развитие адаптационных способностей организма**		
		(К,И,Ф) 1.Техника бега на средние и длинные дистанции: положение туловища и головы, движения руками и ногами, цикл двойного шага, дыхание при беге. 2.Последовательное овладение техникой основных подводящих и специальных упражнений по обучению технике бега.Анализируйте, как более здоровые сердца более эффективны и могут быть улучшены с помощью регулярных аэробных (с кислородом) упражнений, которые формируют выносливость. Через две минуты после упражнения, сердечный ритм отдыха должен быть менее 100 ударов в минуту.	Обращайте внимание на ЧСС «в состоянии покоя», «в работе» и «в отдыхе». Напомните учащимся, что сердечный ритм человека в хорошей физической форме быстрее вернется в ритм в положении покоя после упражнения (это процесс восстановления сердечного ритма). Спросите: Какие особенности старта и стартового разгона необходимы в беге? Какие действия бегуна при беге по виражу?	Большое свободное пространство, всевозможные различные вспомогающие подручные материалы. Конусы Ссылка на правила, направленные на укрепления здоровья: https://books.google.kz/books?id=8eMYBAAAQBAJ&pg=PT767&lpg=PT767&dq=

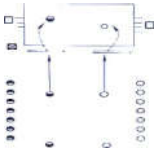
smk.edu.kz

				
2.5 Критически оценивать собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения	6.2.5.1 - понимать и применять собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения	**(К,П,Ф)**Класс разделить на пары и дать задания для совершенствования бега на короткие дистанциии применение творческих способностей: -Техника спринта: разновидности старта, исходные положения на старте, выход со старта, стартовое ускорение, бег по прямой, финиширование. -Последовательное овладение техникой основных подводящих и специальных упражнений по обучению технике бега на короткие дистанции. -Специальные беговые упражнения, обеспечивающие развитие физических качеств применительно к бегу на короткие дистанции. -Контрольные упражнения: бег 30 м. и 60 м. с низкого старта. 	Сконцентрируйте внимание учащихся на выполнение правильной техники старта и стартового разбега.При выполнении заданий обратите внимание на то, как пары применяют творческие способности и предлагают альтернативные решения. Попросите учащихся измерить сердечный ритм на запястье (лучевая артерия) или на шее (сонная артерия) за 30 секунд и умножить результат на 2, чтобы получить	Большое свободное пространство, различный спортивный инвентарь секундомер, свисток для учителя, конусы, флажки.

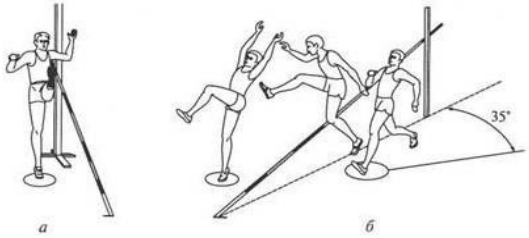
smk.edu.kz

			количество ударов в минуту. Спросите: Как беговые задания влияют на здоровье? Какие альтернативные решения применяли при беговых заданиях?	
3.3изучать и испытывать на практике упражнения различной физической нагрузки, их влияние и связь с энергетической системой организма	6.3.3.1 - предлагать и демонстрировать упражнения с различной физической нагрузкой и их влияние на энергетическую систему организма по внешним признакам	**Элементы динамической разминки**		
		(К,Г,Ф)Разделить класс на несколько групп и дать заданиепредложить и демонстрировать свою разработанную динамическую разминку для совершенствования прыжка в длину или в высоту в следующей последовательности: 1. Специальные упражнения, обеспечивающие развитие физических качеств применительно к прыжкам. 2. Последовательное овладение техникой основных подводящих и специальных упражнений по изучению прыжкам.	С помощью краткого рассказа о технике прыжков, объяснения и просмотра видеофильмов покажите технику прыжка с разбега в целом. Используйте разные подводящие упражнения. Спросите: Какая динамика используется в прыжках? (Например,внезапная, сильная).Какие компоненты фитнеса мы развиваем посредством прыжков? Как физическая нагрузка влияет на энергетическую систему организма.	Большое свободное пространство, прыжковая яма, гимнастические маты, секундомер, свисток для учителя, конусы, флажки. Ссылка на методику обучения прыжку в длину с разбега: https://www.youtube.com/watch?v=VyoHUzYzaZA
		(К, Г, Ф) Класс разделить на несколько групп и провестисоревнования с элементами прыжков в длину. Команды выстраиваются в колонны перед прыжковой ямой и соревнуются в выполнении	Напомните задачу: формирование навыка выполнения прыжков в длину с преодолением различных препятствий	Большое свободное пространство, прыжковая яма, резиновый шнур, флажки, набивные

smk.edu.kz

		следующих прыжков: а) через обозначенное препятствие (набивной мяч, гимнастическая скамейка, резиновый шнур, мат и т. д.); б) через двойные и тройные препятствия (скамейки, плинтусы, кубы); в) с контрольной линии на лучший результат. Участники должны одновременно делать разбег и отталкиваться от бруска или с указанного места. За правильное выполнение прыжка — одно очко. Побеждает команда, набравшая большее количество очков. 	и без них. Следите за соблюдением правил техники безопасности. Проанализируйте важность соблюдения фаз прыжка.	мячи.

smk.edu.kz

1.3 комбинировать навыки и последовательность движений при выполнении спортивно - специфических техник	6.1.3.1 - уметь выбирать навыки и последовательность движений при выполнении спортивно - специфических техник	(**К, Г, Ф**) Техника прыжка в высоту способом «перешагивание» Последовательность движений: -Отталкивание - Разбег в сочетании с отталкиванием - Переход через планку и приземление - Прыжок в высоту способом «перешагивание» в целом и совершенствование техники.  Проанализируйте с учащимися важность соблюдения последовательности движений при выполнении прыжка и возможные ошибки.	Ознакомьте с техникой изучаемого прыжка с помощью короткого рассказа, объяснения его особенностей и образцового показа выполнения прыжка в целом. Все внимание уделяется, прежде всего, разбегу и отталкиванию. Следует напомнить учащимся, что разбег выполняется с постепенным увеличением скорости и длины шагов, а отталкивание выполняется точно вверх.	Большое свободное пространство, различный спортивный инвентарь для различных упражнений разной интенсивности, свисток для учителя, конусы, флажки. Ссылка на методику обучения: http://www.libsid.ru/legkaya-atletika/metodika-obucheniya-technike-legkoatleticheskich-vidov-sporta/obuchenie-prizhku-sposobom-pereshagivanie
3.1. Формировать знания о личном здоровье и здоровом образе жизни	6.3.1.1 - уметь определять риски по отношению к собственному здоровью	**Укрепление здоровья через двигательную активность**		
		(К) Последовательность выполнения заданий приметании малого мяча на дальность: - Создать представление о технике метания малого мяча. -Повторить держание снаряда и техники броскового движения в финальной фазе. -Повторить отведение малого мяча «прямо-назад» при выполнении разбега. -Повторить сочетание элементов, предварительной и финальной фаз движения и технике метания малого мяча в целом. - Совершенствовать технику метания малого мяча с учетом индивидуальных особенностей	Обратите внимание на риски по отношению к здоровью. При бросках над головой возникает чрезвычайно высокая нагрузка на локоть. Проблемы, чаще всего, возникают на внутренней стороне локтя. Травмы локтя являются результатом чрезмерной и повторяющейся	Большое свободное пространство, мяч, свисток, флажки. Ссылка на видео обучение: https://www.youtube.com/watch?v=0GalavwdShs

smk.edu.kz

		(К, Г, Ф) « Снайперы» Игроки делятся на две команды. По жребию одна из команд выходит на линию «огня» (обозначенная линия) и выстраивается в шеренгу. Все получают по маленькому мячу (можно по 2-3 мяча). В 3-5 м от них расставлены 8-10 кеглей (с интервалом 50 см). По сигналу все игроки команды залпом бросают мячи, стараясь сбить кегли. Затем мячики кидает другая команда. Выигрывает команда, сбившая больше кеглей.	нагрузки при метании. Во время игры соблюдать технику безопасности, после проведение игры обсудите необходимость соблюдения правильной техники броска мяча. Спросите: Как определять риски при метании по отношению к собственному здоровью?	Большое свободное пространство, мячи, свисток, секундомер, кегли. Ссылка на подвижные игры с элементами метания мяча: http://la-kolomna.ru/to_work/method_recomm/223/

smk.edu.kz

Краткосрочный план

Перед планированием урока обратитесь к среднесрочному плану. Планы уроков могут быть разработаны на основании предложенного шаблона

Утверждаю_____

_____

Краткосрочный план урока физической культуры №_____

Раздел долгосрочного плана:	**Школа:**	
Дата:	**ФИО учителя:**	
Класс:	**Количество присутствующих:**	**отсутствующих:**
Тема урока		
Цели обучения		
Цели урока	***Определите цели на урок. Они могут быть идентичны целям обучения (ЦО) или могут быть адаптированы для данного урока в случае долгосрочного характера ЦО (если для достижения ЦО требуется несколько уроков).***	
Критерии оценивания	***Составьте критерии оценивания для ЦО, которая подходит к данной теме урока.***	
Языковые цели	***Предметная лексика и терминология.*** ***Полезные фразы для диалога (вопросы для обсуждения).***	
Привитие ценностей	***Привитие ценностей осуществляется посредством/через… (описание деятельности и/или содержания темы).***	
Межпредметные связи	***Укажите, каким образом реализуется межпредметная интеграция на уроке (посредством деятельности и/или содержания).***	
Навыки использования ИКТ	***Укажите, какие навыки использования ИКТ могут развить учащиеся на данном уроке (при необходимости).***	
Предварительные знания	***Что учащиеся уже знают или что им нужно знать перед этим уроком? (основные понятия, навыки и умения)***	

Ход урока

Запланированные этапы урока	**Запланированная деятельность на уроке**	**Ресурсы**
Начало урока ***(тайм-менеджмент)***	***В начале урока сделать акценты на:*** ***- концентрацию внимания учащихся;*** ***- совместно с учащимися определить цели урока/ЦО;*** ***- определить «зону ближайшего развития» учащихся,*** ***-ожидания к концу урока;*** ***- проведение разминки.***	
Середина урока ***(тайм-менеджмент)***	***Деятельность, направленная на формирование знаний и развитие навыков, относящихся к целям урока.*** ***В ходе деятельности у учащихся формируются и развиваются знания и навыки через анализ и обработку информации, исследование, практическую работу, решение проблемных ситуаций.***	

smk.edu.kz

Конец урока ***(тайм-менеджмент)***	***В конце урока учащиеся проводят рефлексию:*** ***- что узнал, чему научился*** ***- что осталось непонятным*** ***- над чем необходимо работать*** ***Где возможно учащиеся могут оценить свою работу и работу своих одноклассников по определенным критериям***	

Дифференциация – каким образом Вы планируете оказать больше поддержки? Какие задачи Вы планируете поставить перед более способными учащимися?	**Оценивание – как Вы планируете проверить уровень усвоения материала учащимися?**	**Здоровье и соблюдение техники безопасности**
Дифференциация может быть выражена в подборе заданий, в ожидаемом результате от конкретного ученика, в оказании индивидуальной поддержки учащемуся, в подборе учебного материала и ресурсов с учетом индивидуальных способностей учащихся (Теория множественного интеллекта по Гарднеру). *Дифференциация может быть использована на любом этапе урока с учетом рационального использования времени.*	*Используйте данный раздел для записи методов, которые Вы будете использовать для оценивания того, чему учащиеся научились во время урока.*	*Здоровьесберегающие технологии.* *Используемые физминутки и активные виды деятельности.* *Пункты, применяемые из* **Правил техники безопасности** *на данном уроке.*
Рефлексия по уроку *Были ли цели урока/цели обучения реалистичными?* *Все ли учащиеся достигли ЦО?* *Если нет, то почему?* *Правильно ли проведена дифференциация на уроке?* *Выдержаны ли были временные этапы урока?* *Какие отступления были от плана урока и почему?*	*Используйте данный раздел для размышлений об уроке. Ответьте на самые важные вопросы о Вашем уроке из левой колонки.*	

Общая оценка

Какие два аспекта урока прошли хорошо (подумайте как о преподавании, так и об обучении)?
1:

2:

Что могло бы способствовать улучшению урока (подумайте как о преподавании, так и об обучении)?
1:

2:

Что я выявил(а) за время урока о классе или достижениях/трудностях отдельных учеников, на что необходимо обратить внимание на последующих уроках?

smk.edu.kz