АВТОНОМНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАНИЯ
«НАЗАРБАЕВ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫЕ ШКОЛЫ»

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Учебный план

2019-2020 учебный год

9 класс

smk.edu.kz

Содержание

О языковых целях 4

Среднесрочные планы 6

Раздел 1 – Совершенствование техники бега, прыжков и метания 6

Раздел 2 - Взаимодействие через командные спортивные игры 14

Раздел 3 – Навыки по управлению телом посредством гимнастики 22

Раздел 4 –Игры народов Казахстана 31

Раздел 5 – Лыжная/ кроссовая/коньковая подготовка 43

Раздел 6 – Командообразующие игры 55

Раздел 7 – Социальные навыки и решение задач в командной деятельности 66

Раздел 8 – Здоровье и фитнес через двигательную активность 76

Краткосрочный план 83

smk.edu.kz

Долгосрочный план

Предмет: Физическая культура 9 класс

1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
Раздел 1 – Совершенствование техники бега, прыжков и метания • Техника безопасности. Совершенствование спринтерского бега • Улучшение навыков беговой выносливости • Различные модификации прыжков • Разработка комплексов упражнений для совершенствования навыков метания и бросков • Разработка и проведение беговой эстафеты	**Раздел 3 – Навыки по управлению телом посредством гимнастики** • Техника безопасности. Строевые упражнения в группах • Разработка комбинаций акробатических элементов • Составление последовательности упражнении на гимнастических снарядах • Процесс создания выступления и оценка в группах	**Раздел 5 – Лыжная/ кроссовая/коньковая подготовка** • Техника безопасности. Разработка комплексов разминки и техники восстановления • Комплексы упражнений на улучшение силы и выносливости • Совершенствование специально-специфических упражнений для преодоления препятствий	**Раздел 7 – Социальные навыки и решение задач в командной деятельности** • Техника безопасности. Техника владения мяча в игровых ситуациях • Совершенствование навыков ориентирования в игровом пространстве • Индивидуальные, групповые, командные тактические действия • Разработка в группе занимательных игр
Раздел 2 - Взаимодействие через командные спортивные игры • Техника игры • Тактика и тактические действия в спортивных играх • Лидерские навыки и навыки работы в команде	**Раздел 4 –Игры народов Казахстана** • Международные игры • Интеллектуальные игры	**Раздел 6 – Командообразующие игры** • Командная деятельность и лидерство в играх • Совершенствование навыков решения проблем в спортивных играх • Разработка игровых комбинаций • Разработка альтернативной игры	**Раздел 8 – Здоровье и фитнес через двигательную активность** • Создание комплекса разминки и восстановления для разных групп мышц • Развитие навыков стайерского бега • Развитие навыков прыжка и метаний • Укрепление здоровья через двигательные способности

smk.edu.kz

Примечания:

Раздел - это несколько уроков, основанных на общей теме.

Темы составлены так, чтобы долгосрочное планирование и деятельность, предполагаемые в среднесрочных планах, изучались в контексте всех предметов. В каждой четверти по две темы. На каждую тему в четвертях отведено одинаковое количество времени.

К = весь класс,
П = работа в паре**,**
Ф = формативное оценивание**,**
Э = эксперимент учащегося,
Г = работа в группе,
И = индивидуальная работа,
Д = демонстрация учителем

smk.edu.kz

О языковых целях

Преподавая предметное содержание через дополнительный язык, НИШ направлены на построение школьной среды, поддерживающей изучение предметного содержания и языка. Каждый предмет имеет свой собственный регистр - язык, который может быть характеризован как **"академический язык"** в этой теме. Академический язык, основной инструмент, используемый для изучения предметного содержания, так и для улучшения способности думать и работать с тематическим содержанием понятий. Большинство учащихся, обучающиеся с помощью *дополнительного языка,* требуют поддержку в своем образовании, чтобы стать опытными пользователями (второго или третьего) академического языка, и быть опытными учащимися по освоению предметного содержания через дополнительный язык. В контексте трехъязычного образования развитие *первого языка*, академического языка, также требует систематического внимания, чтобы убедиться, что время, отведенное для обучения уменьшается, если эффективно используется первый язык.

Языковые цели являются важным инструментом планирования и организации учебного академического языка. Четкие и лаконичные языковые цели объяснят учащимся, что от них ожидают. Кроме того, языковые цели помогают учителям и учащимся строить, измерять и поддерживать мотивацию к обучению. Учителя-предметники, которые поддерживают последовательный, двойной фокус по предметному содержанию и академическому языку обучения, помогают учащимся сделать то же самое и лучше управлять обучением. Даже на начальном уровне, сфокусированный язык имеет решающее значение для того, чтобы развивать обучение через диалог, репетируя язык предмета в ходе объяснения, обсуждения и обоснования. Это ожидание по использованию языка может быть более легко разработано в средней и старшей школе.

В целях поддержки изучения академического языка предполагается, что учителя будут систематически включать следующие цели обучения в учебные планы:

- Делать видимым и привлекать внимание учащихся к **академическому языку** (например, ключевые слова и фразы, необходимые для достижения предметных целей обучения).
- Предоставлять учащимся **язык для проведения урока**, необходимого для работы с предметным содержанием понятий (например, фразы, необходимые для групповой работы, постановка исследовательских вопросов, анализ ситуации и проведение дискуссий/дебатов).
- **Использовать пред-преподавание** и, прежде всего, **пред-использование,** эффективные в контексте ключевых слова и фраз, необходимых для овладения и использования понятий содержания.
- Стимулировать учащихся к использованию **всех четырех языковых навыков** в различных комбинациях (например, чтение-слушание, чтение-письмо, чтение-говорение, слушание-письмо, и др.) для различных значимых целей.
- Требовать от учащихся вступить в **исследовательский диалог** (например, избегая ответов на вопросы, которые просто демонстрируют знания и вместо того, чтобы использовать знания для поддерживающего обсуждения и предоставления богатого языка, чтобы учащиеся смогли поддерживать диалог).
- Обучить **учебным навыкам**, специфичных для языка (например, выборочное прослушивание, и требовать при этом разъяснений, развивая метаязыковую и мета когнитивную осведомленность, перефразировку, словарные навыки).
- Стимулировать **критическое мышление** о языке (например, сравнивая языки, побуждать учащихся использовать язык более точно, по мере достижения прогресса в изучении языка).
- Осуществить постановку **языковых целей** в начале урока и обсудить итоги прогресса, достигнутые в ходе их реализации в конце урока.

Пример языковой цели (ей) предоставлен для каждого раздела учебного плана средней школы. Языковая цель также включает в себя связанные (1) **ключевые слова и фразы** по теме для учащихся, нуждающихся в поддержке, в обзоре, использовании и изучении, (2) **полезный классный язык для диалога/письма**. Например, *вопросы для обсуждения,* привлекая учащихся к обмену

smk.edu.kz

идеями, слушанию и оцениванию вкладов других учащихся, и построению обучения. *Можете сказать почему?* Вопросы, вовлекающие учащихся к отражению, обобщению и использованию соответствующего языка, чтобы убедить и оправдать. *Написание подсказок* help помогает учащимся планировать и выстраивать их письмо.

Делая этот язык понятным для учащихся, мы помогаем им, достигнуть предметное содержание учебных целей в разделе.

Другие языковые цели могут быть созданы , например с помощью, следующих слов: анализировать, задавать вопросы, классифицировать, выбирать, сравнивать, соединять, сопоставлять, копировать, создавать, критиковать, определять, описывать, разрабатывать, оценивать, объяснять почему, приводить примеры, строить догадки, выявлять, обосновывать, вести переговоры, прогнозировать, производить, предлагать альтернативные решения, обосновать почему, пересмотреть, перестроить, изменить формулировку, пересказывать, пересмотреть, переписать, применять ролевые игры, обобщить, синтезировать и писать, использовать для различных целей, написать собственными словами, дать определение и проиллюстрировать это.
Хотя некоторые языковые цели могут также предполагать цель предметного содержания, акт о разделении содержания и языка, которые помогут учащимся поддерживать двойной фокус, как на содержании, так и на языке. Это также поможет заострить внимание на ответы/решения по сравнению процессов, используемых, чтобы найти эти ответы/решения. В частности, обращая особое внимание на, те процессы, которые обеспечат точное использование языка и увеличение точности в мышлении.

smk.edu.kz

Среднесрочные планы

Физическая культура. Основная школа. 9 класс		
Раздел 1: Совершенствование техники бега, прыжков и метания		
Рекомендуемые предварительные знания		
Учащиеся имеют знания по легкой атлетике, владеют навыками техники бега, прыжков и метаний, полученными в предыдущих классах и во внеурочной деятельности.		
Контекст		
Учащиеся улучшают навыки бега, прыжка и метания в совместной работе, изучают на практике упражнения различной физической нагрузки, их влияние и связь с энергетической системой организма.		
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**
Учащиеся могут: • демонстрировать и обсуждать понимание двигательных навыков в легкой атлетике	*Включает:* • техника безопасности • спринтерский бег, старт, бег по дистанции, финиширование • стайерский бег • прыжки, разбег, отталкивание, полет, приземление • физические качества: сила, быстрота, выносливость, гибкость • броски, метания • эстафета, эстафетный бег, восстановление дыхание • командная работа	*Вопросы для обсуждения:* • как вы оцените выполнение предложенных двигательных действий? • что больше в данном задании развивается выносливость или быстрота? • какую разминку должны сделать учащиеся для этого задание? • какие упражнения на восстановления дыхания вы знаете? • какие физические качества развивается при эстафетном беге?
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 улучшением индивидуальной техники движений при выполнении легкоатлетических упражнений. Совершенствуют технику бега, прыжка и метания. Акцентируют внимание над совершенствованием спринтерского и стайерского бега. Совершенствуют метание малого мяча на дальность и точность. Также учащиеся, работая совместно в небольших группах, разрабатывают различные беговые эстафеты, обсуждая их влияние и связь с энергетической системой организма.		

smk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
3.4 Разрабатывать и применять стратегии управления рисками в ряде физических нагрузок, направленных на укрепление здоровья	9.3.4.1 понимать и детально описывать сложные вопросы здоровья, техники безопасности, а также способы снижения потенциальных угроз здоровью	**Техника безопасности. Совершенствование спринтерского бега**		
		(К) Занятия по легкой атлетике проводятся на оборудованных спортивных площадках и в спортзале. (Инструктаж по технике безопасности).	Инструктаж по технике безопасности в зависимости от видов предполагаемой деятельности. Соблюдать правила техники безопасности на уроке физической культуры по легкой атлетике.	Свободное пространство для каждого вида деятельности. Инструктаж по технике безопасности.
		(П, Э, Ф) Учащиеся в парах работают над улучшением действий рук во время спринта. Изначально, им необходимо пробежать 40м с быстро двигающимися руками, совершая небольшие, быстрые шаги. Затем они бегут 40м, широко размахивая руками, делая длинные, медленные шаги - перешагивания. И в конце, они пытаются найти середину, между быстрыми движениями руками и большими и размашистыми движениями, где руки двигаются вперед и назад с локтями согнутыми при 90 градусах, бегая на дистанцию в 60м.	Учащиеся наблюдают и корректируют действия друг друга на каждой стадии выполнения упражнений. Увеличьте дистанцию на 100м для более опытных учащихся для того, чтобы усложнить им задачу. Спросите: как вы оцените выполнение предложенных двигательных действий?	Беговая дорожка стадиона, свисток, секундомер, рулетка, конусы. Ссылка на технику бега: http://functionalalexch.blogspot.cm/2012/05/blog-post_8698.html
		(П, Э, Ф) Учащиеся работают над быстрым финишем в спринте. Они чертят две беговые дорожки по 30м и расставляют конусы на середине пути. Работая в парах, с учащимися стоящими на противоположных концах друг к другу, они бегут к центральной точке на смежных дорожках, для того, чтобы увидеть, кто прибежит быстрее.	Пары могут работать вместе, снимая и оценивая спринт. Учащиеся могут увеличить дистанцию от 60 до 100м, отмечая тех, кто достигает середины первым. Спросите, каким образом данное задание улучшает технику финиширования?	Спортивные площадки, беговая дорожка, свисток, секундомеры, конусы, мел. Ссылка на технику бега с низкого старта: http://msuathletics.ru/books/sprint/sprint_technique.html

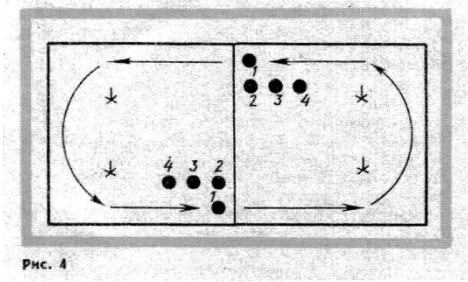
smk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
3.3. Изучать и испытывать на практике упражнения различной физической нагрузки, их влияние и связь с энергетической системой организма	9.3.3.1 объяснять и описывать деятельность энергетической системы и связь с упражнениями различной физической нагрузки	**Улучшение навыков беговой выносливости**		
		(К, И, Г) Учащиеся выполняют интервальный бег. Беговая дорожка делится на 4 отрезка по 100м каждый. Учащимся необходимо чередовать скорость бега на каждом отрезке. Необходимо преодолеть «быстрые» участки в максимальном беговом темпе, а затем перейти на бег трусцой, чтобы подготовить и восстановить организм для следующего скоростного отрезка. Учащиеся в группах замеряют ЧСС перед выполнением задания. Затем после выполнения задания и после периода восстановления. Обсудить в группах влияние нагрузки на деятельность энергетической системы, пользуясь данными ЧСС.	Бег с чередованием быстрого и медленного темпов на небольших участках. Объяснить учащимся, что такой вид интервального бега способствует развитию общей выносливости.	Свободное пространство для каждого вида деятельности. Ссылка как увеличить выносливость в беге: https://beguza.ru/beg-na-vynoslivost/
		(К, Г, Ф) Учащиеся в малых группах бегут с максимальной скоростью 10 секунд, затем делать переход к спокойной ходьбе на 5 секунд. Совершают 3 повторения и замеряют пульс до и после упражнения.	Рассказать учащимся систему Крэйга Бизли — рваный ритм. Известный канадский марафонец Крэйг Бизли рекомендовал следующую систему: бежать с максимальной скоростью 30 секунд, затем делать переход к спокойной ходьбе на 5 секунд. Совершайте 8 повторений этих действий за тренировку при трёх тренировках в неделю и уже через месяц сможете почувствовать укрепление организма и повышение выносливости. Постепенно увеличивайте количество повторений и	Спортивные площадки, беговая дорожка, свисток, секундомеры. Ссылка на развитие выносливости: https://vashsport.com/kak-razvit-vynoslivost/

smk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
			время максимальной нагрузки. Спросите: что больше в данном задании развивается выносливость или быстрота?	
3.2. Разрабатывать и проводить подходящие для видов деятельности и разминки и техники восстановления	9.3.2.1 разрабатывать, объяснять и проводить разминки для конкретных физических занятий, оценивать эффективность восстановления организма	**(К, Г, Ф)** «Следуй за мной». В игре на ряду с развитием выносливости вырабатывается умение изменять темп бега. В группе из 5 – 10 учащихся назначается старший – «капитан». Ученики бегут (по дорожке стадиона или по пересеченной местности) в темпе, предложенном «капитаном». Бегуны не имеют право обгонять его, строго следуя за ним, в точности изменяя темп и ритм бега. Изменения в темпе бега не должны быть частыми или длительными.	Время бега определяется учителем в зависимости от подготовленности учащихся. Если общий темп бега излишне завышен, учитель немедленно устанавливает должный темп. Полезно назначать старшим «капитаном» более слабых ребят. Это придает им уверенность и делает темп бега приемлемым для всей группы. Продолжительность такого бега зависит от интенсивности бега и уровня подготовленности учащихся. Спросите: какую разминку должны сделать учащиеся для этого задания?	Спортивные площадки, беговая дорожка, свисток. Ссылка на виды беговых тренировок для повышения выносливости: http://www.everlive.ru/running-exercises-for-endurance/
		(К, Г, Ф) Учащиеся делятся на две команды и выполняют беговую эстафету по периметру спортивного зала. По сигналу учителя первые номера обеих команд одновременно начинают бег по кругу, обегают 4 стойки и передают эстафету вторым номерам, а сами встают в конец колонны. Вторые номера обегают 4 стойки и передают эстафету третьим номерам своих команд и т. д. Команду-победительницу определяют по последнему участнику на финише.	При делении класса на группы надо стремиться, чтобы группа состояла из учеников, более или менее равных по силе**.** Варианты игры: каждый участник бежит 2 круга подряд, затем — 3 круга и наконец — 4 круга подряд. Если в одной команде 5 человек разной подготовленности, можно применить следующую схему: 1-й бежит 5 кругов подряд, 2-й — 4, 3-й — 3, 4-й — 2 и 5-й — 1 круг. После 2—3мин отдыха играющие меняются номерами и	Свободное пространство для каждого вида деятельности. Ссылка на развитие общей выносливости: http://fizkultura-na5.ru/legkaya-otletika/razvitiya-obshchej-i-skorostnoj-vynoslivosti-na-urokakh-legkoj-atletiki-10-11-klass.html Ссылка на беговые подвижные игры:

smk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
		 Рис. 4	эстафета повторяется. Спросите: какие упражнения на восстановления дыхания вы знаете?	http://festival.1september.ru/articles/504677/
1.2. Создавать и применять комбинации движений и их последовательность в различных видах физических упражнений	9.1.2.1 обосновывать и применять комбинации движений и их последовательность в широком диапазоне упражнений на достаточном техническом уровне	**Различные модификации прыжков**		
		(К, Г, Д, Ф) В малых группах учащиеся разрабатывают комплексы упражнений на развитие прыгучести. Предложить несколько примеров упражнений для дальнейшей самостоятельной деятельности: И. п. – стать на одной ноге, другую согнуть в колене. Быстрые прыжки вперёд с перепрыгиванием через набивные мячи, расположенные на одной линии на расстоянии 80-110см один от другого. Повторить на каждую ногу 2-4 раза. И. п. – выпад согнутой ногой вперед, другая нога сзади, немного согнута. После 3-4 пружинистых покачиваний менять положение ног прыжком. Повторить 6-8 раз в среднем темпе. И. п. – основная стойка ноги согнуты в коленях. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Повторить 8-10 прыжков. И. п. – стать лицом к гимнастической стенке, руками опереться о планку на уровне головы. Отталкивание вверх двумя ногами.	Проследить за техникой прыжка и указать на возможные ошибки при выполнении прыжка в длину: не «заваливать» плечи вперед, изменять расстояние между мячами в соответствии с подготовленностью учащегося. Выполнять прыжки и подводящие упражнения в среднем и быстром темпе. Обратить внимание на прямое положение туловища и согласованность движений рук и ног. Акцентировать внимание во время прыжка, на разгибание голеностопного сустава. Спросите: почему важно выполнять подводящие упражнения последовательно, при обучении прыжкам в длину или в высоту?	Свободное пространство для каждого вида деятельности. Свисток, набивные мячи, гимнастическая стенка. Ссылка упражнения на развитие прыгучести: https://www.youtube.com/watch?v=hjxnK3tG-Vk

smk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
		Повторить 15-20 раз. **(Г, К, Ф)** На игровой площадке чертятся один в другом два круга диаметром 7-9 и 3-4м. Из числа учащихся выбирается водящий. Его место - в малом круге. Остальные учащиеся располагаются в большом круге. По сигналу учителя учащиеся, прыгая на двух ногах, проникают в малый круг и возвращаются обратно только прыжками. Водящий должен поймать как можно больше зайцев, дотронувшись до них рукой.	Пойманные участники выходят из игры. Когда будет поймано 5-6 игроков, выбирается новый водящий. Игра начинается сначала. Спросите: какие упражнения вы знаете на развитие прыгучести?	Большое свободное пространство. Свисток, мел. Ссылка на прыжковые упражнения: http://chfla.org.ua/pliometricheskie-pryzhkovye-uprazhneniya.html
1.1. Развивать точность, контроль и маневренность при выполнении различных спортивно-специфических двигательных действий	9.1.1.1 сопоставлять двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности в большом диапазоне спортивно-специфических двигательных действий	**Разработка комплексов упражнений для совершенствования навыков метания и бросков**		
		(П, Д, Ф) Учащиеся работают в парах с теннисным мячом удерживая его не прижимая к ладони, фалангами пальцев метающей руки. Указательный, средний и безымянные пальцы подобно рычагу размещены сзади мяча, а большой палец и мизинец придерживают его сбоку. Перед началом разбега метатель держит снаряд над плечом в согнутой руке. Броски теннисного мяча в парах: 1.Броски кистью, рука согнута на 45 градусов, локоть на уровни груди, бросать только кистью. 2.Бросок из-за головы с места на расстоянии 3м. 3. Бросок из-за головы в пол. 4. Бросок с двух шагов на расстояние 5м.	Напомните учащимся, что во время метания нога, противоположная метающей руке, должна выступить вперед. При выполнении метания через голову метающая рука идет вниз и назад (стадия подготовки), а бедра и плечи вытянуть вперед. Спросите: как правильно должны работать руки, туловище и ноги при броске?	Большое пространство для каждого задания. Свисток, теннисные мячи, мишени, мел, рулетка. Ссылка на специальную разминку метателя: http://www.xn--90abci0a3bn.xn--p1ai/met020_spezRazm.shtml

smk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
		5.Отработка скрестного шага. 6.Бросок с крестным шагом на расстояние 7м 7.Бросок с разбега. **(К, Г, Ф)** Учащихся разделить на две команды и дать выполнить задание на метание малого мяча: 1) броски выполняют в определенную зону: 1-я зона расположена от линии броска на расстоянии 12м, 2-я - 16м, 3-я - 20м; каждая зона имеет цифровые обозначения 1-2-3; команда-победительница определяется по сумме очков, набранных всеми ее участниками; 2) броски выполняют в щит-мишень с несколькими кругами с различными цифровыми обозначениями (3-2-1), расстояние до мишени 8-10м, высота 2,5-3м; места команд определяют по сумме набранных очков.	Напомните учащимся, что нужно стоять сбоку, так чтобы нога, стоящая впереди была противоположна руке, которой делают бросок. Используйте воланы или другой мягкий инвентарь, если вы занимаетесь в здании. Спросите: какие двигательные навыки развиваются при метании?	Большое пространство для каждого задания. Свисток, теннисные мячи, мишени, мел, рулетка. Ссылка на метание малого мяча (150 гр.): https://www.youtube.com/watch?v=NMm3qkpxoHQ
3.5. Применять знания и навыки для обогащения опыта физических упражнений других людей	9.3.5.1 оценивать знания и навыки для обогащения опыта физических упражнений других людей	**Разработка и проведение беговой эстафеты**		
		(К, Г, Ф) Учащиеся делятся на команды по 8-10 человек строятся в колонны по одному. Впереди каждой команды ставится по одной гимнастической скамейке в длину (рейкой вверх). По сигналу первые игроки перепрыгивают через скамейку боком, добегают до стены и, коснувшись ее рукой, возвращаются обратно. Второй игрок выбегает вперед тогда, когда вернувшийся	Выигрывает та команда, игроки которой быстрее закончат эстафету. Нужно обратить внимание на правила игры. Бег начинается по сигналу учителя. Игроки обязаны сделать не менее 5 прыжков по длине скамейки. Спросите, какие физические качества развиваются при эстафетном беге?	Большое, свободное пространство для каждого задания. Свисток, гимнастические скамейки, мел, фишки. Ссылка на эстафетные игры: http://kidportal.ru/konkursi-i-estafeti/estafeti/

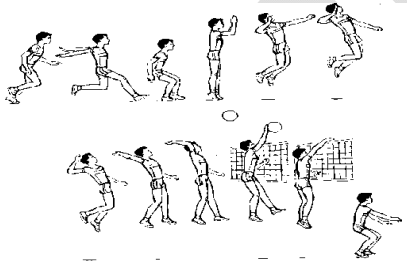
smk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
		коснется его рукой. Выполнивший задание учащийся, встает в конец колонны. **(К, Г, Ф) «Эстафетный бег».** Учащиеся делятся на команды. На беговой дорожке чертят несколько линий на одинаковом расстоянии одна от другой, обозначающих этапы (30 или 60м). Все члены команд рассчитаны по порядку. Только на первом этапе сзади первых номеров стоят последние номера. По сигналу учителя первые номера бегут ко вторым и передают им эстафету, а сами остаются на их местах. Последние номера занимают место первых, как только те покинут свои этапы. Вторые номера передают эстафету третьим, те – четвертым и т.д.	В эстафетах число групп зависит от количества учащихся и их подготовленности, а также от времени, которым располагает учитель на занятии. Отдельных игроков можно переводить из одной группы в другую. Спросите, какие физические качества развиваются при эстафетном беге?	Большое, свободное пространство для каждого задания. Свисток, эстафетные палочки, мел, фишки, секундомер. Ссылка на технику эстафетного бега: http://msuathletics.ru/books/sprint/estafeta_technique.html

smk.edu.kz

Физическая культура. Основная школа. 9 класс		
Раздел 2: Взаимодействие через командные спортивные игры		
Рекомендуемые предварительные знания		
Учащиеся имеют опыт разработки ключевых навыков и понятий посредством командной игровой деятельности во время обучения в предыдущих классах, а также во внеурочной деятельности.		
Контекст		
Учащиеся развивают свои навыки через взаимодействие в командных играх, так и в соревновательной деятельности. Изучают технические и тактические действия, раскрывают лидерские навыки и навыки работы в команде.		
Языковая цель обучения данного раздела **Пример** языковой цели обучения с соответствующей академической/школьной терминологией приведен ниже, для содействия учащимся достичь цели изучения предмета данного раздела		
Языковая цель обучения	**Предметная лексика и терминология**	**Полезные фразы для диалога/письма**
Учащиеся могут: • обсуждать и демонстрировать свои знания и понимание ключевых навыков и понятий взаимодействия через командные спортивные игры.	*Включает:* • прием, подача • удар, точность, пас, передача • атака, защита • тактика, техника, стратегия, решение • безопасность, правила игры • защитник, атакующий, игрок, нападающий, связующий • игровая комбинация	*Вопросы для обсуждения:* • Какую стратегию нужно разработать для улучшения этого задания? • Как можно сделать тактику игры более эффективной? • Какими качествами должен владеть разыгрывающий игрок? • Кто первым выстраивает защитные действия после атаки? • Как может быть улучшена командная игра? • Какими качествами должен обладать лидер? • Какую стратегию и тактику вы разработали для развития лидерских качеств?
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		
В данном разделе учащиеся работают над совершенствованием навыков движения и перемещения с помощью ряда парных и индивидуальных заданий. Учащиеся применяют и анализируют комбинации движений, и их последовательность в различных видах физической деятельности. Они размышляют и сравнивают личные навыки в совместной работе.		

smk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
1.1.Развитие точности, контроля и маневренности при выполнении различных спортивно-специфических двигательных действий	9.1.1.1. Сопоставлять двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности в большом диапазоне спортивно - специфических двигательных действиях	**Техника игры**		
		(К, П, Ф) Учащиеся делятся на пары и отрабатывают технику верхней подачи мяча. Из положения лицом к сетке игрок подбрасывает мяч над головой несколько впереди себя, выполняет замах вверх-назад, прогибается и отводит плечо, чтобы рука двигалась назад-вверх. Один игрок подает мяч другому на уровне головы. Подача мяча осуществляется с разных углов и траекторий.	Учащимся необходимо напомнить о технике безопасности. Перед изучением технических приемов обязательно выполнить упражнение на разминку мышц и суставов. Спросите: какими качествами должен владеть разыгрывающий игрок? Кто первым выстраивает защитные действия после атаки?	Большое свободное пространство, свисток, волейбольные мячи. Ссылка на технические приемы и элементы игры волейбол: http://studopedia.ru/10_220274_tehnicheskie-priemi-i-elementi-igri-voleybol.html
		(К, П, Ф) Учащиеся делятся на пары и имитирует нападающие удары. Различают два способа выполнения нападающего удара: прямой и боковой. Нападающий удар состоит из прыжка (с места или с разбега), удара по мячу и приземления. С разбега прыжок выполняется толчком одной или двумя ногами, с места - толчком только двумя ногами. 	Обратите внимание: важно, чтобы кисть бьющей руки заносилась не за голову, а была над плечом; выше плеча должен быть и локоть. Спросите: какие трудности возникли при выполнении задания? Какие навыки вам необходимы в этом задании, чтобы хорошо выполнить двигательное действие?	Большое свободное пространство, волейбольные мячи. Ссылка на классификацию игры в волейбол: https://studbooks.net/673234/turizm/klassifikatsiya_tehniki_igry
1.3.Комбинирование	9.1.3.1.Комбинировать	**(К, П, Ф)** Учащиеся делятся на пары и стоят в колонну лицом к сетке на линии	Учащиеся должны знать, что приём мяча сверху двумя руками, это основной	Большое свободное пространство, свисток,

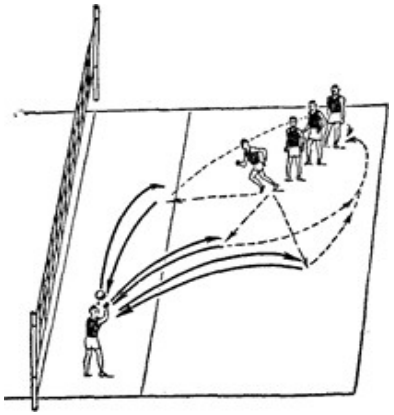
k-edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
навыков и последовательностей движений при выполнении спортивно - специфических техник	навыки и последовательности движений при выполнении спортивно - специфических техник	нападения. Один – в третьей зоне. Мяч у первого в колонне. Задача: передать мяч игроку в третьей зоне, получить пас от него обратно и выполнить нападающий удар. Первый игрок идёт в третью зону, а игрок из третьей на место принимающего мяч игрока и т.д.	приём в волейболе, позволяющий наиболее точно направить мяч напарнику, а прием мяча снизу двумя руками - это решающий элемент при переходе от защиты к нападению и возвращению подачи. Спросите, были ли сложные технические моменты во время изучения учебного материала?	волейбольные мячи. Ссылка на классификацию игры в волейбол: https://studbooks.net/673234/turizm/klassifikatsiya_tehniki_igry
		(К, П, Ф) Учащиеся в парах выполняют задание: -один учащийся набрасывает мяч второму, второй выполняет передачу мяча двумя руками сверху; -прием мяча двумя руками снизу; -передача над собой и передача партнеру; -один ученик выполняет передачу мяча двумя руками сверху, а второй выполняет прием мяча двумя руками снизу; -передачи мяча в движении (вперед-назад, вправо – влево);	Акцентируйте внимание учащихся, чем разнообразнее тактика команды, тем больше у нее шансов на результативную игру. Для ведения борьбы игрокам необходимо применять тактические комбинации и индивидуальные тактические действия. Спросите: как можно сделать стратегию игры более эффективной? Какую стратегию и тактику нужно разработать для улучшения этого задания?	Большое свободное пространство. Свисток, волейбольные мячи, фишки, мел Ссылка на прием мяча в волейболе: http://www.offsport.ru/volleyball/dlya-detey/peredacha-myacha.shtml
2.4.Оценивание правил и структурных приемов для оптимизации деятельност	9.2.4.1.Оценивать и сопоставлять правила и структурные приемы для оптимизации деятельност	**(К, Г, Ф)** Игра «Подай и попади». Игроки двух команд располагаются на своей половине площадки в 4-5м от сетки. У каждой команды по 2-3 мяча. По сигналу игроки обеих команд поочередно выполняют подачи, стремясь попасть в пределы площадки команды соперников. Игроки, ожидающие своей очереди, собирают мячи, и направляют их к месту	Объясните учащимся, что если команда проигрывает подачу, она сразу же проигрывает очко. Необходимо сконцентрироваться на всех ключевых моментах – от того как стоит игрок и до момента удара по мячу. Спросите: Что вам лучше всего удалось во время урока? Какие виды деятельности были выполнены наиболее	Большое свободное пространство, свисток, волейбольные мячи. Ссылка на видео обучение волейболу: https://www.youtube.com/watch?v=Gejkcf6Dvdo Ссылка на подачи в волейболе:

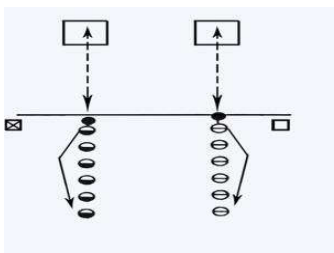
smk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
и и разработки альтернатив в рамках физических упражнений	и и разработки альтернатив в рамках физических упражнений	подачи. Если подача не получилась, ему предоставляется еще одна попытка, если на этот раз он ошибся, то подача считается не выполненной, и игрок получает штрафное очко. **(К, Г, П, Ф)** Учащиеся делятся на пары и выполняют атакующие удары. – имитация ударного движения по мячу (мяч впереди в левой руке). – удар по мячу с отскоком партнеру. – удар по мячу, наброшенного левой рукой вперед-вверх у правого плеча (удар в пол на расстояние 2-3м). – удары по наброшенному мячу партнером или учителем. – удары через сетку с места (сетка на уровне головы). – удары через сетку (низкую) с наскока на две ноги.	успешно? Назовите наиболее эффективные из них. Необходимо концентрироваться на всех ключевых моментах – от того как стоит игрок и до момента удара по мячу. Учащиеся должны знать удары с разбега без сетки и через сетку. Спросите, какими качествами должен обладать лидер? Какую стратегию и тактику вы разработали для развития лидерских качеств?	http://volleyball.sport-lives.com/rules/volleyball_serve.html Большое, свободное пространство для каждого упражнения. Волейбольный мяч, свисток. Ссылка на атакующие удары в волейболе: http://scsw.ru/napadayushhij-udar-v-volejbole/ http://volleyball.sport-lives.com/rules/volleyball_kick.html
1.2.Создание и применение комбинаций движений, и их последовательность в различных видах физических упражнений	9.1.2.1.Обосновывать и применять комбинации движений и их последовательность в широком диапазоне упражнений на	**Тактика и тактические действия в спортивных играх**		
		К, Г, Ф) Передача мяча по зонам. Учащиеся в колоннах располагаются по обеим сторонам сетки в зонах 6 и по одному в зонах 3 и 4. Передачу мяча выполняют с одной стороны площадки из зоны 6 в зону 3, оттуда в зону 4, а затем поочередно через сетку в зону 6. Учащиеся располагаются в колонну по одному в зоне 3, один игрок в зоне 5 и второй в зоне 4. Игроки из зоны 3	Рассказать учащимся о тактике защиты и нападения, групповой и индивидуальной тактике защиты и нападения. Надо добиваться, чтобы при второй передаче из зоны 3 игрок располагался боком к сетке или даже вполоборота к сетке, лицом к игроку, которому он будет посылать мяч. Новички часто допускают ошибку, стоя чуть ли не спиной к сетке. Спросите: как вы думаете, в каком случае	Большое, свободное пространство для каждого вида деятельности. Свисток, волейбольные мячи. Ссылка на передачи мяча по направленным зонам: https://helpiks.org/9-5370.html

smk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
	достаточном техническом уровне	 поочередно выполняют передачу в зону 4 и возвращают мяч в зону 5. Основное внимание следует уделить точности передачи из зоны 3 в зону 4.	производится прием мяча сверху, а когда снизу? Какие виды подач вы знаете?	
		(К, Г, Ф) Передача мяча. Учащиеся в малых группах выполняют верхние передачи мяча: а) по способу передачи: - двумя руками; - одной рукой. б) по высоте обработки: - стоя; - в прыжке; - в приседе. в) по направлению передачи: - над собой; - вперед; - за спину; - боком.	Акцентируйте внимание учащихся на то, что при передаче вперед туловище наклонено вперед, при передаче за спину – вертикально. Спросите, над какими комбинациями, по вашему мнению, вам необходимо поработать для дальнейшего их улучшения?	Большое, свободное пространство для каждого вида деятельности. Свисток, волейбольные мячи. Ссылка на верхнюю передачу мяча в волейболе: https://www.slideshare.net/AsemSarsembayeva/ss-79434619
1.5.Применение и	9.1.5.5.Создавать,	**(К, Г, Ф)** Класс делится на две команды. Первая произвольно располагается на одной	Акцентируйте внимание учащихся: чем разнообразнее тактика команды, тем	Большое, свободное пространство для каждого

smk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
оценивание тактики, стратегии и структурных идей в ряде физических упражнений	анализировать, сравнивать и сопоставлять различные тактики, стратегии и композиционные идеи в широком диапазоне физических упражнений	стороне волейбольной площадки. Игроки второй встают на другой стороне площадки за лицевой линией в одну шеренгу, а ее направляющий получает волейбольный мяч. По сигналу игрок второй команды выполняет подачу через сетку. Любой игрок первой команды должен принять подачу и выполнить передачу одному из своих товарищей, а тот – поймать мяч. Если это ему удается, первая команда получает одно очко. Когда все игроки второй команды выполнят подачу, команды меняются местами. Выигрывает команда, набравшая больше баллов.	больше у нее шансов на результативную игру. Спросите: как можно сделать стратегию игры более эффективной? Какую стратегию и тактику нужно разработать для улучшения этого задания?	вида деятельности. Свисток, волейбольные мячи.
2.2. Развитие и применение лидерских навыков и навыков работы в команде	9.2.2.1.Оценивать лидерские навыки и навыки работы в команде	**Лидерские навыки и навыки работы в команде**		
		 **(И, Г, Ф) «Попади в квадрат».** Игроки каждой команды выстраиваются на лицевых линиях волейбольной площадки, которая с обеих сторон разделена на квадраты. В каждом квадрате — цифра, обозначающая количество очков, начисляемое за попадание в этот квадрат. Первый игрок называет цифру и делает верхнюю (нижнюю) прямую подачу. Если мяч приземлился точно в указанном квадрате, игроку начисляется соответствующее количество очков; если	Объясните учащимся, что игра развивает умение ориентироваться в пространстве, внимания, точности движений, комбинационные навыки игры. Учащиеся с низкой физической подготовкой могут выполнять броски. Спросите, какие действия ваши или ваших товарищей по команде повлияли на положительный результат?	Большое, свободное игровое пространство. Свисток, волейбольные мячи, сетка, мел, фишки. Ссылка на подвижные игры: http://www.gomelscouts.com/popadi-v-kvadrat.html

smik.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
		мяч попал в другой квадрат, из названного игроком числа вычитается два очка. Если при подаче игрок сделал ошибку (мяч задел сетку, ушел за пределы площадки, игрок переступил линию подачи и т.п.), то очки не начисляются. **(К, Г, Ф)** Учебная игра в волейбол с применением изученных игровых комбинаций. В командах, где не удается применить сложные комбинации, допускается применение простых комбинаций.	Соблюдать правила и технику игры. Учащиеся могут исполнять роль судьи, помощника, наблюдателя. Спросите, над какими комбинациями, по вашему мнению, вам необходимо поработать для дальнейшего их улучшения?	Большое, свободное пространство для каждого вида деятельности. Волейбольные мячи, свисток.
2.1.Адаптация приобретенных знаний, связанных с движением для реагирования на изменяющиеся обстоятельства	9.2.1.1.Оценивать приобретенные знания, связанные с движением для реагирования на изменяющиеся обстоятельства	**(К, Г, Ф) «Эстафета – не потеряй мяч!»** Учащиеся делятся на группы. Команды стоят в колоннах по одному, по сигналу направляющие начинают передачу над собой с перемещением вперед до определенного места, а возвращаются, перемещаясь спиной вперед. Передачу мяча следующему игроку выполнять передачей без ловли. В случае потери мяча возобновлять игру с места потери. **(Г, П, Ф)** Игра **«Сумей принять»**. Игроки в парах располагаются на боковых линиях волейбольной площадки напротив друг друга. По сигналу игроки одной команды выполняют подачу мяча партнерам другой команды, которые стремятся принять мяч и	При потере мяча игра возобновляется с места потери. Спросите: какие физические качества развивает данная игра? Контролируйте технику выполнения подачи и приема мяча. Расскажите учащимся, что в игре характерна постоянно меняющаяся ситуация, требующая от учащихся быстроты реакции. Поэтому в процессе	Свободное игровое пространство. Свисток, волейбольные мячи, сетка, мел, фишки. Свисток, волейбольные мячи. Ссылка на тактику игры в волейбол: https://www.maam.ru/detskijsad/podvizhnye-igry-i-

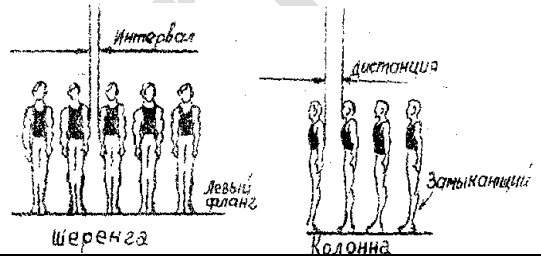
smk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
		отправить его в обратном направлении. Каждый выполняет по 10 подач одним из изученных способов, затем игроки меняются ролями. В каждой паре побеждает тот, кто большее количество раз принял мяч, не потеряв его.	игры все время меняются взаимоотношения: каждый стремится создать для себя или для своей команды наиболее выгодные по сравнению с «противником» ситуации. Спросите, какие ещё тактические приёмы вы бы предложили для улучшения действий команды в защите или нападении?	igrovye-uprazhnenija-pri-obuchenie-igre-voleibol-v-dou.html

smk.edu.kz

Физическая культура. Основная школа. 9 класс		
Раздел 3: Навыки по управлению телом посредством гимнастики		
Рекомендуемые предварительные знания		
Учащиеся имеют знания и навыки в гимнастических упражнениях, изученных в предыдущих классах, и во внеурочное время.		
Контекст		
Учащиеся совершенствуют знания, понимание и навыки в гимнастике с помощью индивидуальных, парных и групповых заданий. Работают над совершенствованием навыков перемещения, переворотов и равновесия в пространстве и на гимнастических снарядах.		
Языковая цель обучения данного раздела **Пример** языковой цели обучения с соответствующей академической/школьной терминологией приведен ниже, для содействия учащимся достичь цели изучения предмета данного раздела.		
Языковая цель	**Предметная лексика и**	**Полезные фразы для диалога**
Учащиеся могут: • обсуждать и демонстрировать свое понимание командной и последовательной работы в гимнастике.	*Включает:* • равновесие, прыжки в воздухе, противовес • наклоны, растяжка, изгиб • отталкиваться, приземление, прыжок, опорный прыжок, переворот в сторону • вход, выход, начальная позиция, конечная позиция • гимнастические снаряды: гимнастическая стенка, перекладина, гимнастический конь, гимнастический козёл	*Вопросы для обсуждения:* • Можете ли вы сказать, зачем нам необходимо знать инструкции по технике безопасности, когда мы переходим от одного вида деятельности к другому виду? • Можете ли вы сказать, почему важно держать статическое положение не менее 3 секунд? • Можете ли вы сказать, почему важно приземляться на носки, а затем на пятки? • Можете ли вы сказать, почему важно иметь четкие стартовые и финишные позиции для вашей последовательности упражнений? • Какие аспекты необходимо учитывать во время разминки или упражнений по восстановлению? • Почему важно соблюдать регламент при выполнении гимнастических комбинаций? • Почему важно выполнить специальную разминку, перед тем как перейти к основной двигательной деятельности?
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		
В данном разделе учащиеся совершенствуют свои знания, понимания и навыки в выполнении строевых упражнений в группах, разрабатывают комбинаций акробатических элементов. Составляют последовательности упражнении на гимнастических снарядах. Создают групповые выступления и оценивают их.		

smk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
3.4 Разрабатывать и применять стратегии управления рисками в ряде физических нагрузок, направленных на укрепление здоровья	9.3.4.1 понимать и детально описывать сложные вопросы здоровья, техники безопасности, а также способы снижения потенциальных угроз здоровью	**Техника безопасности.** **Строевые упражнения в группах**		
		(К) Техника безопасности**.** Безопасно использовать оборудование и ресурсы в контексте движений. Умение учащихся контролировать самочувствие во время занятий. Качественно выполнять специальные упражнения.	Спросите: зачем нам необходимо знать инструкции по технике безопасности, когда мы переходим от одного вида деятельности к другому виду?	Инструкция по технике безопасности. Ссылка на технику безопасности по гимнастике: http://ohrana-tryda.com/node/56
		(К, Г) Учащиеся в составе класса (группы) выполняют строевые упражнения. После построения выполняют расчёт на 1, 2, 3. По команде учителя (возможно учащегося), выполняют различные перестроения. Переход с шага на месте на ходьбу в колонне (в обход зала) и в шеренге (к центру зала); перестроения из колонны по одному в колонну по три, по четыре в движении (в обход зала). Размыкание колонны по три на дистанцию вытянутой руки (вперед и в стороны) при движении в обход зала, по диагонали. 	Строевые упражнения развивают навыки коллективных действий; чувства ритма и темпа движений. Развивают способности соизмерять их по времени и в пространстве.	Большое свободное пространство. Ссылка на строевые упражнения: https://infourok.ru/metodika-prepodavaniya-bazovih-stroevih-uprazhneniy-na-uroke-gimnastiki-843061.html

arkeyu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
3.2 Разрабатывать и проводить подходящие для видов деятельности и разминки и техники восстановления	9.3.2.1 разрабатывать, объяснять и проводить разминки для конкретных физических занятий, оценивать эффективность восстановления организма	**Разработка комбинаций акробатических элементов**		
		(К, Г, Э, Ф) В группах учащиеся разрабатывают разминку для предстоящей двигательной деятельности на уроке. Разминка включает в себя раздел упражнений на увеличение пульса, динамическую растяжку и специальные упражнения, которые включает в себя тему предстоящего урока. Как только была разработана разминка, учащиеся проводят эту разминку всему классу. После принятия участия в разминке, оставшаяся группа обсуждает её, и даёт комментарии для улучшения.	Спросите: какие аспекты необходимо учитывать во время разминки или упражнений по восстановлению? Почему важно выполнить специальную разминку, перед тем как перейти к основной двигательной деятельности?	Большое свободное пространство, гимнастические маты. Ссылка на разминку: http://marisoft.ru/load/tb/tekhnika_bezopasnosti_pri_provedenii_zanjatij_po_gimnastike/14-1-0-188
		(И, П, Ф) Учащиеся в парах выполняют акробатические элементы (повороты равновесия, прыжки). Анализируют правильность выполнения акробатических элементов и дают советы по исправлению ошибок.	Объяснить учащимся, что при выполнении акробатических элементов надо следить за правильным положением рук, головы и ног. Спросите: почему важно держать статическое положение не менее 3 секунд?	Большое свободное пространство, гимнастические маты. Ссылка на «Комбинацию акробатических элементов», 9-й класс: http://spo.1september.ru/article.php?ID=200701413
1.2 Создавать и применять комбинации движений и их последовате	9.1.2.1 обосновывать и применять комбинации движений и их	**(Г, Э, Ф)** Предложить ученикам из изученных акробатических элементов составить акробатическую композицию. Работа проходит в группах по 4-5 человек (группы объединяются самостоятельно). Например, **Девочки**: исходное положение – основная	Учителю нужно обратить внимание на безопасное выполнение упражнений и вести контроль, за составлением акробатических комбинаций. Повторить технику акробатических элементов, указать и исправить ошибки. Спросите: почему важно иметь четкие	Свободное пространство, гимнастические маты. Ссылка на методику обучения акробатическим элементам: http://www.autogallery.org.ru/1723pro/s4fizra.htm

sm.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
льность в различных видах физических упражнений	последовательность в широком диапазоне упражнений на достаточном техническом уровне	стойка, руки вверх. Равновесие на одной (ласточка); выпрямляясь – исходное положение старт пловца, два слитных кувырка вперед в группировке; перекатом назад – стойка на лопатках; опускание в сед ноги врозь – опора руками сзади; наклон туловища к ногам (протягивая руки вперед); разгибаясь, принять положение лежа на спине (согнув ноги); мост; поворот в упор стоя на одном колене – полушпагат; упор присев; прыжок вверх (со взмахом рук). **Мальчики:** упражнение в равновесии – «ласточка»; выпад вперёд, руки прямые в стороны; упор присев; два кувырка вперёд; стойка на лопатках; два кувырка назад; стойка на голове и руках; упор присев; упор лёжа; перекат в сторону; «мост» из и.п. лёжа; упор присев; прыжок, вверх прогнувшись, руки вверх в – стороны.	стартовые и финишные позиции для вашей последовательности упражнений?	
1.5 Применять и оценивать тактики, стратегии и структурные идеи в ряде физических упражнений	9.1.5.1 создавать, анализировать, сравнивать и сопоставлять различные тактики, стратегии и композицио	**Составление последовательности упражнении на гимнастических снарядах**		
		(Г, И, Д, Ф) Демонстрация элементов на гимнастических снарядах (в зависимости от наличия оборудования). Например, **брусья параллельные (мальчики):** из седа ноги врозь кувырок вперед; размахивание в упоре на руках; подъем разгибом в сед ноги врозь; из размахивания в упоре соскок махом	Напомните учащимся о требованиях безопасности вовремя их работы на снарядах. Учащиеся самостоятельно устанавливают оборудование, проверяют готовность. Учитель должен проконтролировать качества установки оборудования в целях техники безопасности. При выполнении	Большое, свободное пространство Необходимые оборудования для выполнения задания Брусья параллельные и разновысокие, маты. Ссылка на

mk-edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
	нные идеи в широком диапазоне физических упражнений	вперед с поворотом на 90° лицом к брусьям. **Брусья разновысокие (девочки):** Размахивание на верхней жерди вис присев на нижней жерди. Из виса на верхней жерди, размахивание изгибами, перемах двумя ногами. Согнуть ноги в висе лежа на нижней жерди, и лежа ноги врозь. Перемах ноги врозь из лежа на нижней жерди. Из виса стоя, прыжком упор на нижней жерди и махом назад соскок поворотом. Оценивание и подведение итогов выступления групп.	упражнения обратить внимание на слитность выполнения упражнений комплекса, амплитуду движений и фиксацию. Спросите: какие гимнастические элементы вам трудно было выполнять? Что вам нужно для того, что бы улучшить двигательное действие на снарядах?	гимнастические упражнения на параллельных брусьях: https://www.youtube.com/watch?v=wkV3HMocam4 Ссылка на гимнастические упражнения на разновысоких брусьях: https://www.youtube.com/watch?v=-9f0O1qAwU4
		(И, К, Э, Ф) Учащиеся выбирают один из гимнастических снарядов для создания комбинаций на снаряде. Учащиеся используют различные источники и собственный опыт, чтобы спланировать выполнение движений. Овладение движениями рассматривается всей группой.	Напомните учащимся о требованиях соблюдения правил безопасности при работе со снарядом. Используйте различные стартовые позиции на снарядах. Спросите: Почему важно держать статическое положение не менее 3 секунд? Почему важно приземляться на носки, а затем на пятки?	Большое свободное пространство. Гимнастические маты и гимнастические снаряды по необходимости. Ссылка на спортивную гимнастику: http://www.krugosvet.ru/enc/sport/SPORTIVNAYA_GIMNASTIKA.html
1.4	9.1.4.1	**(Д, Г)** Выполнение учащимися специальной разминки для выполнения опорных прыжков. Для прыжка ноги врозь (козел в ширину). 1. Прыжок вверх ноги врозь. 2. Упор лёжа на полу. Отталкиваясь	Специальная разминка на снарядах выполняется после ОРУ. Следить за правильной последовательностью упражнений.	Большое свободное пространство. Гимнастические маты и гимнастические снаряды по необходимости. Ссылка на учебник

smk.edu

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
Оценивать собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий	оценивать собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий	носками, согнуться в тазобедренных суставах и перейти в упор стоя ноги врозь. Для прыжка согнув ноги (козёл в длину). 1. Упор лёжа – прыжком упор присев. 2. Опираясь руками о гимнастическую стенку на уровне плеч, выполнять прыжки, сгибая ноги вперёд. 3. Прыжок ноги вместе через коня в длину со страховкой. 4. Прыжок ноги вместе через козла. **(И, П, Г, Ф)** В парах, группах, учащиеся по очереди выполняют ряд элементов (опорный прыжок) на гимнастическом оборудовании. Учащиеся используют «страховку». Один учащийся выполняет задание, в то время как другой учащийся использует цифровое видео устройство, чтобы снять выполнение и разобрать опорный прыжок по отношению к «идеальной» модели. Учащиеся поочерёдно оценивают собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий.	Убедитесь, что техника «страховки» обсуждалась учащимися, и все пары смогли попрактиковаться в ней. Вмешайтесь при необходимости, чтобы предоставить поддержку в прыжке. Спросите: Насколько выполнение опорного прыжка было технически правильно?	«Гимнастика, опорные прыжки»: http://gimnastikasport.ru/sportivnaya/opornyy-pryzhok-cherez-kozla.html Большое свободное пространство. Гимнастические маты и гимнастические снаряды по необходимости. Устройство для видеосъемки. Ссылка на учебник «Гимнастика, опорные прыжки»: http://gimnastikasport.ru/sportivnaya/opornyy-pryzhok-cherez-kozla.html
2.2 Развивать и применять лидерские навыки и навыки работы в	9.2.2.1 оценивать лидерские навыки и навыки работы в команде	**Процесс создания выступления и оценка в группах** **(Г, Д, Ф)** Разделить класс на малые группы. Учащиеся по карточкам с вариантами комплексов упражнений, составляют комплексы ритмической гимнастики.	Обратить внимание учащихся на то, что упражнения, используемые в комплексах ритмической гимнастики, должны соответствовать их возрасту. Предложить ученикам выполнять комплексы	Большое, свободное пространство. Гимнастические коврики, техническое оборудование.

smk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
команде		Первый вариант: состоит из 6—8 упражнений: движения головой, руками, туловищем, тазом относительно простые и короткие; Второй вариант: состоит из 8—10 упражнений в партере для развития гибкости и силы; Третий вариант: упражнения для всех групп мышц, выполняемые с большой амплитудой и значительными напряжениями. После разработки по одному из вариантов заданий, группы демонстрируют свои комплексы ритмической гимнастики и проводят оценку их творческих работ.	ритмической гимнастики под музыкальное сопровождение. Спросите: можете ли вы проанализировать влияние физической нагрузки на организм? Какие еще упражнения вы могли бы использовать в своих композициях?	Ссылка на комплексы ритмической гимнастики: https://infourok.ru/avtorskaya-pedagogicheskaya-razrabotka-adaptacionnaya-programma-ritmicheskaya-gimnastika-dlya-uchaschihsya-klassov-458257.html
		(П, Ф) Учащиеся в парах разрабатывают вольные упражнения. В парах выполняют упражнения на полу, которые включают в себя танцевальные и акробатические элементы. Одна пара записывает упражнения другой, а затем пары меняются ролями. Фокус анализа должен быть на плавных движениях (т.е. насколько хорошо сделаны технические элементы композиции).	Спросите: каким образом вы можете улучшить свои упражнения? Какие движения хорошо сочетаются вместе в последовательности? Как переход от одного движения к другому сделать технически правильным?	Большое, свободное пространство. Гимнастические маты. Устройство для видеосъемки. Ссылка на видео гимнастики с элементами танца и акробатики: https://www.youtube.com/watch?v=h-T16hRpgXk
2.5 Критически оценивать собственные	9.2.5.1 оценивать и анализировать собственны	**(К, И, Д)** Учащиеся выполняют комплекс упражнений ритмической гимнастики 1. «Танцевальный шаг» - и.п.: о.с. 1 – шаг правой ногой вперед, руки согнуть в локтях; 2 – шагнуть левой ногой поставив	Обратить внимание учащихся, что упражнения ритмической гимнастики достаточно просты и доступны для любого возраста. Многократное повторение каждого движения в	Большое свободное пространство. Ссылка на ритмическую гимнастику для учащихся 9 классов:

smk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения	е творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения	ее на пятку, руки вверх; 3 – шаг левой ногой назад, руки к плечам; 4 – правой ногой шаг назад на носок, руки вниз. 2. Приставные шаги вправо и влево на 4 счета с хлопками в ладоши. 3. Приставной шаг с выведением рук в стороны. 4. То же с выведением рук вверх. 5. Ходьба на 4 счета вперед, на 4 счета назад, на счет 4 поднять согнутую ногу в колене с хлопком. 6. Легкие подпрыгивания на обеих ногах с выбросом поочередно то правой, то левой ноги. 7. Кружение на подскоках вокруг себя вправо и влево. 8. Прыжки в выпаде вперед. Ходьба, дыхательные упражнения (1 минута).	отдельности или сочетание различных упражнений определяют их аэробный характер, который стимулирует сердечно-сосудистую и дыхательную систему, обеспечивает нагрузку на опорно-двигательный аппарат. Важно, чтобы учащиеся сами определили влияние упражнений на функциональные системы организма.	https://infourok.ru/avtorskaya-pedagogicheskaya-razrabotka-adaptacionnaya-programma-ritmicheskaya-gimnastika-dlya-uchaschihsya-klassov-458257.html
		(Г, Э, Ф) Класс делится на две большие группы и придумывает небольшую хореографическую связку, чтобы показать ее другой группе. Выполнение последовательности движений должна включать участие всех членов группы. Учащиеся должны решить кто, какие движения будет выполнять. Последовательность должна включать, повороты, прыжки и баланс. Класс размышляет над последовательностью, которую они выполняют. Группы	Акцентируйте внимание на необходимости, чтобы все учащиеся были активны (т.е. более способные учащиеся могут выполнить сложные движения, а менее способные учащиеся могут выполнить движения, соответствующие их уровню способностей). Спросите: как вы можете сделать свою последовательность выполнения хореографической связки визуально привлекательной? Как вы мотивируете	Большое, свободное пространство. Гимнастические маты для каждой деятельности. Ссылка на ритмическую гимнастику в современном танце: https://infourok.ru/otkritiy-urok-po-horeografii-na-temuritmicheskaya-gimnastika-v-sovremennom-tance-

smk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
		поочерёдно оценивают и анализируют собственные творческие способности и способности других.	всех членов группы, чтобы работать как единое целое? Какие основные факторы хореографии следует учитывать в гимнастической последовательности?	1169432.html

smk.edu.kz

Физическая культура. Основная школа. 9 класс		
Раздел 4: Игры народов Казахстана		
Предварительные знания		
Учащиеся имеют знания о национальных играх, приобретенные в предыдущих классах, и во внеурочной деятельности.		
Контекст		
В этом разделе учащиеся будут изучать различные игры народа Казахстана. Игры отражают культуру и самобытность народа. Можно отметить, что у одного народа преобладают подвижные, командные игры, а у другого настольные, логические. Также можно встретить очень похожие игры у разных народов, но с различными названиями.		
Языковая цель обучения данного раздела **Пример** языковой цели обучения с соответствующей академической терминологией приведен ниже, для содействия учащимся достичь цели изучения предмета данного раздела.		
Языковая цель обучения	**Предметная лексика и терминология**	**Полезные фразы для диалога**
Учащиеся могут: • описывать, обсуждать и демонстрировать свое понимание того, что игры могут помочь развить их физические навыки, как индивидуальные, так и командные.	*Включает:* • народные, интеллектуальные игры • стратегия, тактика, ход • тоғызқұмалақ (құмалақ, тұздық, отау, атсырау), шахматы, қазандық. • роли: игрок, судья • сипактакрау, водящий, ротанговый мяч • бег, счет, жребий, статуя • техника безопасности, риски	*Вопросы для обсуждения:* • Какую тактику вы использовали в этой игре? • Как в данной игре проявляется патриотизм? • Как данная игра помогает развивать ваши социальные навыки? • Какие вы знаете интеллектуальные игры других народов? • Делились ли игроки вашей команды своим опытом и как можете оценить эту помощь? • Как можете оценить судейство в соревновательной деятельности?
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		
В данном разделе, учащиеся знакомятся с различными международными играми других народов. Оценивают и анализируют соревновательную деятельность и правила судейства. Также учащиеся демонстрируют ряд стратегий и тактик в интеллектуальных играх, а также в рамках казахских, армянских, юго-восточных, башкирских, туркменских и азербайджанских игр.		

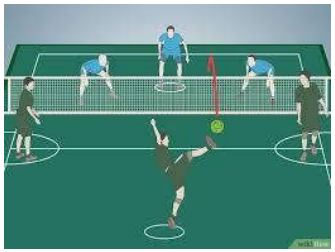
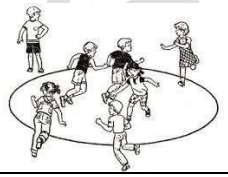
smk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
2.7. Демонстрировать поведение, отражающее честную игру, патриотизм, сотрудничество во время соревнований	9.2.7.1. Анализировать поведение, отражающее честную игру, патриотизм, сотрудничество во время соревнований	**Международные игры**		
		(К, Г, И, Ф) Армянская народная игра **«Статуя».** Учащиеся делятся на ловцов и убегающих. На каждых 5 учащихся назначают одного ловца, на 20 учащихся - четверых ловцов. По назначению учителя ловцы выходят за пределы поля, а убегающие свободно располагаются на площадке. По сигналу учителя ловцы преследуют остальных учащихся, стремясь одного из них поймать. Пойманный должен тут же остановиться, замереть на месте в том положении, в котором его поймали. Того, кто замер, может «освободить» любой игрок, коснувшись его. Игра заканчивается, когда будут пойманы все игроки. После этого выбирают новых ловцов, и игра продолжается. Убегающий, по инерции выбежавший за пределы поля, считается выбывшим из игры.	Учителю необходимо обратить особое внимание на соблюдение техники безопасности в данной игре. Перед началом игры, учитель должен четко объяснить правила игры. Вариант: можно эту игру провести на время. Спросите: Что вы можете сделать, чтобы ваша команда совместно работала лучше? (например, общаться друг с другом, обсуждать способы вывода других игроков команды через «разговоры команд», определяя слабости другой команды). Как в данной игре проявляется патриотизм?	Большое свободное игровое пространство для данной игры (спортивный зал, спортивные площадки). Свисток, секундомер, мел, фишки. Ссылка на национальные игры народов Казахстана: http://korgcrb.akmol.kz/nacionalnie_igri_narodov_kazaxstana.html
		(К, И, Ф) Башкирская народная игра **«Стрелок».** Проводятся две параллельные линии на расстоянии 10 – 15 м друг от друга. В середине между ними	Учителю необходимо обратить особое внимание на соблюдение техники безопасности в данной игре. Перед началом игры, учитель должен четко объяснить правила игры.	Большое свободное игровое пространство для данной игры (спортивный зал, спортивные площадки). Свисток,

mk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
		чертится круг диаметром 2 м. Один игрок – стрелок. Он с мячом в руках стоит в кругу. Остальные учащиеся начинают перебежку от одной линии к другой. Стрелок старается попасть в них мячом. Тот, в кого попал, становится стрелком. Момент броска мяча определяется самим стрелком. Мяч, брошенный мимо, игроки перебрасывают стрелку. Если игрок поймал мяч, брошенный в него, то это не считается попаданием.	В начале игры стрелком становится тот, кто после внезапной команды «сесть» присел последним. Спросите: Как способствует данная игра на развитие сотрудничества и чувство патриотизма?	мячи, мел, обруч. Ссылка на «Игры Народов Казахстана»: http://oqu-zaman.kz/?p=4322
2.3. Демонстрировать ряд навыков совместной и эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды	9.2.3.1. Оценивать ряд навыков совместной и эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды	**(Г, И, Ф)** Туркменская народная игра **«Хромой журавль».** Все играющие делятся на две команды. На площадке на расстоянии 3-5 м проводятся две параллельные линии длиной до 5-6 м. Каждая команда становится за своей чертой. Все игроки поднимают одну ногу назад, согнув ее в колене и обхватив рукой (правую ногу нужно захватить правой рукой, левую – левой). По сигналу учителя обе группы скачут навстречу друг другу, стараясь свободной рукой и туловищем толкнуть противника, чтобы он встал на обе ноги. Игрок, коснувшийся пола второй ногой, выбывает из игры. Проигравшей считается команда, у которой окажется большее количество сбитых игроков.	Учителю необходимо обратить особое внимание на соблюдение техники безопасности в данной игре. Перед началом игры, учитель должен четко объяснить правила игры. Игроки начинают двигаться на встречу друг другу по сигналу учителя. В случае усталости разрешается быстро сменить ногу, но нельзя стоять на двух ногах. Спросите: Как вы выводили других игроков из игры? Какие тактики можете использовать в данной игре? Какие физические качества развивает данная игра? Какие вы еще знаете подвижные игры других народов?	Большое свободное игровое пространство для данной игры (спортивный зал, спортивные площадки). Свисток, секундомер, мел. Ссылка на «Игры Народов Казахстана»: http://oqu-zaman.kz/?p=4322

smk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
		(Г, И, Ф) «Сепактакрау». Это игра  представляет собой командную игру, ведущуюся на площадке, разделённой низкой сеткой, через которую игроки двух противостоящих команд перебрасывают мяч ногами и головой с целью приземлить его на чужой половине и не допустить падения мяча на своей половине площадки. Игра ведется плетёным ротанговым мячом, однако сейчас чаще используются плетёные синтетические (пластиковые) мячи. В соответствии с современными правилами, в игре участвуют 2 команды по 3 человека. Размер площадки (13,4 на 5,18 метров) и высота сетки (1,55 метра у опор) соответствуют корту и сетке для бадминтона. Правила счёта и количество касаний мяча аналогичны классическому волейболу. Играют матч до 3 побед в партиях (то есть максимум 5 партий), до 15 очков в каждой (возможно превышение - пока не настанет разница в 2 мяча).	В этой игре нужно обратить особое внимание на технику безопасности. Потому что учащиеся будут выполнять передачи мяча через сетку ногами. Возможно, учащиеся будут выполнять сложные элементы и трюки в данной игре. Так как это новая и интересная игра ранее не применялась на уроках. В конце игры проведите рефлексию, учащиеся оценивают навыки совместной работы по созданию командной игры, а также оценивают командную работу соперников. Спросите: Как данная игра помогает развивать ваши социальные навыки? (Например, общение, эффективность работы в команде, сотрудничество),	Большое свободное игровое пространство для данной игры (спортивный зал, спортивные площадки). Необходимый спортивный инвентарь для этого вида деятельности. Ссылка на правила и историю игры: https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%B5%D0%BF%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%B0%D0%BA%D1%80%D0%B0%D1%83 http://sportextrim.com/stati/sepak-takro.html Описание данной игры: http://masterok.livejournal.com/1156412.html https://www.youtube.com/watch?v=SdCR_avVk30 https://www.youtube.com/watch?v=Qlzjgc1FQqE
3.5. Применять знания и навыки для	9.3.5.1. Оценивать знания и навыки для	 **(Г, И, Ф)** Азербайджанская народная игра **«Вытащи платок».** Игру играют 10	Учителю необходимо обратить внимание на соблюдение техники безопасности в данной игре. Перед началом игры, учитель должен четко объяснить правила игры. В этой игре учащиеся проявляют	Большое свободное игровое пространство для данной игры (спортивный зал, спортивные

smk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
обогащения опыта физических упражнений других людей	обогащения опыта физических упражнений других людей	и более человек. Две команды выстраиваются друг против друга на некотором расстоянии. Между ними проводится черта. У каждого сзади за поясом висит носовой платок или косынка. По жребию одна из команд становится водящей. По команде учителя игроки двигаются вперед (водящие стоят на месте), переходят черту, и тут учитель кричит: «Огонь!» Игроки бегут обратно, а (водящие) стремятся их догнать, чтобы вытащить из-за пояса платок. Затем команды меняются ролями. Побеждает команда, которая вытащила большее количество платков.	сплоченность и командную работу, демонстрируют быстроту, ловкость и тактические действия. Спросите: Какие физические качества развивает данная игра? Какие вы еще знаете подвижные игры других народов? Делились ли игроки вашей команды своим опытом и как можете оценить эту помощь?	площадки). Свисток, мел, носовые платки, ленточки. Ссылка на игру «Вытащи платок»: http://gameforstreet.ru/igra-vy-tashhi-platok/
		(Г, И, Ф) Французская игра **«БАРЫ».** Учитель делит класс на две команды. Во главе каждой команды выбирается капитан. На расстоянии 30–40 шагов проводят две черты – «города», а справа рисуют квадраты «для пленных». Каждая команда располагается в своём «городе». По жребию один из играющих выходит на середину и вызывает любого из другой команды. Они становятся друг перед другом. Вызвавший игрок, ударяет три раза ладонью по плечу противника и бежит к своим. Противник старается его догнать и запятнать. Но на помощь «своему» из города выбегает другой игрок: он охотится уже за пятнающим противником. Тогда и	Учителю необходимо обратить внимание учащихся на соблюдение техники безопасности в данной игре. Перед началом игры учитель должен четко объяснить правила игры и условия выявления победителя в данном противостоянии. Вариант: можно до начала игры определить количество «пленных» для победы. Договорились, к примеру, до трех «пленных», взяли троих в «плен» – игра заканчивается. Но можно играть и до тех пор, пока все из одной команды не будут в «плену» у другой. В конце игры проведите рефлексию: поощряйте учащихся, которые дают	Большое свободное игровое пространство для данной игры (спортивный зал, спортивные площадки). Свисток, мел, конусы. Ссылка на «Подвижные игры разных народов мира»: http://journal-shkolniku.ru/igry-rasnyh-narodov.html

smk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
		ему на выручку выбегает «свой». Пятнать имеет право только тот, кто позднее выбежал из «города». Если ему удаётся запятнать противника, он кричит: «Взят в плен!». Тогда все играющие идут по местам, а пойманного отводят в «плен». Игра возобновляется. Но теперь она осложняется тем, что надо выручать товарища из «плена». Для этого достаточно подбежать к нему и ударить по руке. Но «пленных» охраняет «часовой», и он пятнает выручающих. Если в «плен» попал капитан, то он имеет право послать вместо себя двоих «своих» или освободить двух противников. Примечания: 1) Чтобы иметь право пятнать, надо побывать в своём «городе». 2) Нельзя возобновлять игру после «пленения» или «освобождения», пока все не побывают в своём "городе". Побеждает команда взявшая большее количество «пленных».	конструктивные комментарии. Две звезды (два примера хорошего взаимодействия во время игры) и желание (один аспект, который они могли бы сделать лучше с точки зрения взаимодействия с игроками команды) оценка системы будет эффективным методом обратной связи. Спросите: Делились ли игроки вашей команды своим опытом и как можете оценить эту помощь?	
2.6. Знать правила соревновательной деятельности и правила судейства	9.2.6.1. Оценивать и анализировать правила соревновательной деятельности и правила судейства	**Интеллектуальные игры**		
		(П, И, Ф) Рассмотрите основные правила соревновательной деятельности и правила судейства в игре «Тоғызқұмалақ». После этого учащиеся ознакомившись с правилами игры проводят соревнование и судейство.	Смотрите учебные ресурсы для получения инструкций по проведению игры. После игры обсудите использованные тактики и стратегии по улучшению игры. Спросите: Как начинается игра? Когда заканчивается игра? Какие атакующие стратегии можно использовать, чтобы получить преимущества в этой игре? Как можете оценить судейство в	Свободное пространство для данной игры. Необходимый спортивный инвентарь для этого вида деятельности. Ссылка на правила игры: http://en.wikipedia.org/wiki/Toguz_korgool https://www.youtube.com/wat

nkedu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
		ПОСЕВ однократный, комбинированный, идёт всегда против часовой стрелки. Первый игрок берёт все шарики из любой лунки на своей половине и раскладывает их по одному в каждую лунку против часовой стрелки, пропуская оба казана. 1). Если выбранная лунка содержала БОЛЬШЕ ОДНОГО камня, то первый вынутый камень кладется ОБРАТНО в стартовую лунку, из которой он был взят. 2). Если выбранная для посева лунка содержала ВСЕГО ОДИН камень, он просто кладётся в СЛЕДУЮЩУЮ лунку. ВЗЯТИЕ. Если последний шарик упадёт в лунку соперника, и количество шариков в ней станет чётным, все шарики из этой лунки переходят в «казан» ходившего игрока, а ход – к его сопернику. Если количество стало нечётным, следует просто переход хода. ВЫИГРЫШ. Игра ведётся до тех пор, пока один из игроков не наберёт в свой казан больше 81 шарика (этот игрок побеждает), либо они оба набирают 81 шарик (ничья). Надо ещё упомянуть, что казан игрока, находится на стороне лунок противника, а казан противника – ближе к лункам игрока. Кроме этого своеобразного посева и правила взятия по системе чёт-нечет, в игре есть: ТУЗДЫК. Если после хода в последней	соревновательной деятельности?	ch?v=Ery51mKqHtE https://skyruk.livejournal.com/406732.html

edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
		лунке на стороне противника оказывается три шарика, игрок может объявить её туздыком (шарики из неё переходят в «казан», а сама лунка помечается особым флажком или кусочком бумаги). Далее каждый шарик, попадающий в туздык, сразу переходит в «казан» того игрока, который объявил эту лунку туздыком. Игрок не может завести туздык на 9-ой лунке, а также на лунке напротив туздыка соперника, если тот успел завести его первым (точнее не напротив, а такой же по счёту). Туздык всегда находится на территории противника. У каждого игрока может одновременно быть только один туздык. АТСЫЗ КАЛУ. Если после хода у одного из игроков все лунки оказываются пустыми и не может ходить, пока будет оставаться «пешим» и в его лунках не появится хоть один шарик. Давать их противнику, кстати, совершенно не обязательно, поэтому в этой ситуации игра заканчивается, камешки противника переходят в казан противника и производится подсчёт захваченных камней. Однако ход противник сделать всё равно должен, и бывают такие ситуации, что этот ход таков, что в лунках игрока появляются шарики, и тогда игра продолжается.		

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
		(П, Э, Ф) Учащиеся рассматривают основные правила, как оценить и анализировать правила соревновательной деятельности в игре «Ша́хматы». Учащиеся работают в парах, чтобы играть в игру шахматы. В шахматы могут играть также группы игроков, друг против друга или против одного игрока; такие игры обычно именуются консультационными играми. Существует также практика сеансов одновременной игры, когда один сильный игрок играет с несколькими противниками (с каждым на отдельной доске). Игра подчиняется определённым правилам; в официальных турнирах применяются правила ФИДЕ, которые регламентируют не только передвижение фигур, но и права судьи, все эти правила поведения игроков должны учащиеся знать и четко анализировать.	Нужно смотреть учебные ресурсы для получения всех инструкций по проведению игры. В конце игры в шахматы, обсудите ключевые стратегии и тактики, которые оказались наиболее эффективными в классе. Проведите обзор, как пары работали вместе, оценивая свои социальные навыки. Прослушайте собственную рефлексию об их навыках работы в команде и сравните их с вашими личными оценками. Вариант: можно провести игру на время. Спросите: Как проводится судейство в интеллектуальной игре шахматы? Какие вы знаете тактики и стратегий в игре шахматы?	Свободное пространство для данной игры. Шахматы, часы Ссылка на основные правила игры: https://ru.chess.com/learn-how-to-play-chess
2.5. Критически оценивать собственные творческие способност	9.2.5.1 оценивать и анализировать собственные творческие	**(П, И, Э, Ф)** Учащиеся рассматривают ситуацию в игре и решают шахматную задачу. Задача на тренировку тактики. Ход черных. Берем позицию и ищем решение за черных. А оно вот такое: 1. … Л:h3+	Необходимо смотреть учебные ресурсы для получения всех инструкций по проведению игры. В конце игры в шахматы проведите рефлексию: обсудите ключевые стратегии и тактики, которые оказались наиболее эффективными в классе. Проведите обзор,	Свободное пространство для данной игры. Необходимый спортивный инвентарь для этого вида деятельности. Ссылка на задание для тренировки тактики:

smk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
и и способности и других, а также предлагать альтернативные решения	способности и способности и других, а также предлагать альтернативные решения	2. К:h3 Фh1+ 3. Кg3 Лb3+ 4. Кf2 Лf3+ 5. Ке2 Фf1# Решение задачи На 4-м ходу белые могут вместо ухода королем защититься ферзем на с3. При этом они отдадут ферзя за ладью и получится тяжелый эндшпиль для белых, в котором черные будут играть ферзем против двух ладей. Черный ферзь, объявляя шахи, будет поедать белые пешки. 4. Фс3 Л:с3+ 5. b2:с3 Фе1+ При этом ходе черные выигрывают пешку на с3 и у нас получается защищенная проходная d5. **(П, И, Э, Ф) Жертва туздыка.** В тогызкумалаке существует 8 видов туздыков. Отличительные особенности начала игры зависит от того, где расположен туздык. Например, игра с	как пары работали вместе, оценивая свои социальные навыки. Прослушайте собственную рефлексию об их навыках работы в команде и сравните их с вашими личными оценками. Спросите: Какие вы знаете тактики и стратегий в игре шахматы? Какие альтернативные решения можете предложить? Необходимо смотреть учебные ресурсы для получения всех инструкций по проведению игры. Объяснить учащимся, что кто начинает игру – белые, а второй – черные. Вариант: можно провести игру на	http://chess-progress.ru/urok-26-chast-2-zadanie-na-trenirovku-taktiki/ https://www.youtube.com/watch?time_continue=41&v=P1wok1tR8Jg Свободное пространство для данной игры. Тогызкумалак, часы Ссылка на стратегию и тактику игры тогызкумалак:

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
		туздыком в лунке 1 сильно отличается от игры с туздыков в лунке №8, так как первый из туздыков расположен на задней позиции, а второй - на передней. Эта разница в позициях и формирует получение материального либо позиционного преимущества и их типы. Рассмотрим следующую ситуацию: 1. 78! 78 2. 92 23 3. 82 12 4. 89! Если в этот момент черные пойдут 23??, то проиграют. Например, 5.92 (80) 12 6.91 (82) По этой причине для черных наиболее выгодным вариантом является жертвование туздыка. 4. … 34 5. 92X (81) 45 6. 91 56 Черные, пожертвовав туздык, добились ничьей. Такие ситуации можно увидеть и в конце игры.	время. В конце игры, обсудите ключевые стратегии и тактики, которые оказались наиболее эффективными в игре. Обратите внимание учащихся на то, что в тогызкумалаке часто случается случай, когда игра проходит с жертвой туздыка. Если в начале игры этот метод считается стратегическим направлением, то в середине либо в конце игры этот метод используется как тактическая уловка. Жертва может быть принесена как по желанию, так и под воздействием вынужденного хода. Это зависит от избранной стратегии и особенностей расположения кумалаков в лунках. Жертва туздыка в конце игры чаще всего вызвана необходимостью, возникшей из-за ситуации на доске. Если игрок проигрывает партию и единственным спасением становится жертвование туздыка, то этот тактический ход становится необходимостью. Однако мы должны сосредоточить внимание на жертвовании туздыка в этой ситуации по собственному желанию. Спросите: Какие вы знаете тактики и стратегии в игре тоғызқұмалақ? Какие альтернативные решения можете предложить?	https://studbooks.net/698472/turizm/strategiya_taktika_igry_togyzkumalak

Физическая культура. Основная школа. 9 класс		
Раздел 5: Лыжная/ кроссовая/коньковая подготовка		
Предварительные знания		
Учащиеся имеют знания и владеют двигательными навыками по лыжной, кроссовой и коньковой подготовке, полученные в предыдущих классах и во внеурочной деятельности.		
Контекст		
Учащиеся анализируют и развивают свое понимание ключевых концепций и вопросов, касающихся беговой выносливости посредством двигательной активности, которые ориентированы на компоненты хорошей физической подготовки (сила, быстрота, выносливость).		
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**
Учащиеся могут: • Обсуждать и демонстрировать двигательные действия, которые влияют на развитие физических качеств в укреплении здоровья	*Включает:* • Частота сердечных сокрушений (ЧСС): удары в минуту • 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 • Торможения плугом, скольжение, • «Посадка конькобежца», скольжение • Компоненты физических качеств (сила, быстрота, гибкость, выносливость, ловкость)	*Вопросы для обсуждения:* • О каких мерах безопасности, мы должны знать, во время лыжной, коньковой и кроссовой подготовки? • Какой вид двигательной активности влияют на ваше настроение и хорошее самочувствие? • Какую пользу вашему здоровью приносят уроки физической культуры на свежем воздухе? • Какие группы мышц активно работают при развитии силы и выносливости? • Какие упражнения на увеличения ЧСС вы знаете?
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		
В разделе продолжается дальнейшее изучение знаний о здоровье и выносливости, особое внимание уделено двигательным действиям, направленные на развитие выносливости, которая улучшается посредством бега и передвижения на длинные дистанции. Также рассматривается важность разминки и техники восстановления. Рекомендуются задания на развитие специфических двигательных способностей, улучшающие технические навыки.		

smk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
3.4.Разработка и применение стратегий управления рисками в ряде физических нагрузок, направленных на укрепление здоровья	9.3.4.1.Понимать и детально описывать сложные вопросы здоровья, техники безопасности, а также способы снижения потенциальных угроз здоровью	**Техника безопасности. Разработка комплексов разминки и техники восстановления**		
		(К, Д) Демонстрировать презентацию соблюдения основных правил техники безопасности на уроках физической культуры, проводимые в зимних условиях (лыжная, коньковая, кроссовая подготовка). Провести беседу с учащимися о профилактике травматизма. **(К, Д, Ф)** Учащиеся, стоя в колонну по два выполняют **комплекс разминочных упражнений:** -И. п. — стоя на лыжах (коньках) ноги на ширине плеч, круговые вращения руками в плечевом суставе вперед и назад на 4 счета. -И. п. — стоя на лыжах (коньках) ноги на ширине плеч, руки за голову в замок. Повороты туловища в левую и в правую сторону на 4 счета. -И. п. — стоя на лыжах (коньках) – ноги на ширине плеч. Неглубокие приседания, ноги выпрямляются в коленях полностью. -И. п. — стоя на лыжах (коньках) – ноги на ширине плеч. Поочередное поднимание носков и пяток лыж при небольшом сгибании ног в колене с опорой на палки.	Провести инструктаж по правилам техники безопасности в зависимости от видов предполагаемой деятельности Обсудить правила техники безопасности, которые необходимо знать, во время лыжной, коньковой и кроссовой подготовки. Объясните учащимся, что разминка позволяет подготовить мышцы к выполнению физических упражнений и защищает занимающихся от получения всевозможных травм в процессе занятия. Спросите, о каких мерах безопасности, мы должны знать, во время лыжной, коньковой и кроссовой подготовки. Какие упражнения на увеличение ЧСС вы знаете? (Например, бег на месте, разновидности прыжков). Обсудите разницу между пульсами (рабочим, восстановительным) и изменениями тела, которые происходят после разминки.	ТСО (ноутбук, планшет, LED экран и т. д) Ссылка на правила ТБ: **Лыжи**: http://gov.cap.ru/SiteMap.aspx?gov_id=61&id=1400505 **Коньки:** https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2018/01/09/pravila-tehniki-bezopasnosti-pri-katanii-na-konkah **Кросс:** https://www.gastronom.ru/text/sovet-dnya-vo-vremya-bega-soblyudajte-tehniku-bezopasnosti-1005087

smk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
		(К, Г) Учащихся разделить на две группы и дать задание: Первая группа разрабатывает комплекс разминки и выполняет упражнения вместе с другой группой. Вторая группа разрабатывает и демонстрирует комплекс упражнений на технику восстановления. Замерьте пульс в покое, после выполнения разминки, после выполнения комплекса упражнений на технику восстановления.	Обратить внимание учащихся на последовательность составления комплекса упражнений. Контролируйте правильное выполнения выполнение упражнений на технику восстановления. Проанализируйте эффективность восстановления организма.	Большое свободное пространство.
3.2.Разработка и проведение подходящих для видов деятельности и разминок и техники восстановления	9.3.2.1.Разрабатывать, объяснять и проводить разминки для конкретных физических занятий, оценивать эффективность восстановления организма	**(Г, Ф) Лыжная подготовка. Скольжение.** Учащиеся в группах передвигаются на лыжах, применяя попеременный двухшажный ход. Главными двигательными действиями при выполнении являются отталкивание и махи ногами и руками в сочетании со свободным скольжением на лыжах. При выполнении данного хода учащиеся скользят поочередно то на одной, то на другой лыже и так же поочередно на каждый шаг отталкиваются рукой, всегда разноименной по отношению к толчковой ноге, т.е. общая схема движений рук и ног максимально приближена к обычной ходьбе.	Показ и объяснение техники должны быть краткими. Часть сообщений, а также показ имитационных упражнений лучше сделать в спортивном зале до выхода на лыжню. В морозную и ветреную погоду там же нужно провести короткую разминку. Основой техники передвижения на лыжах являются лыжные ходы. Попеременный двухшажный ход является одним из основных среди классических способов передвижения. Спросите, с какими сложностями вы столкнулись при выполнении заданий?	Большое свободное пространство, лыжный инвентарь. Ссылка на попеременный двухшажный ход: https://www.ski.ru/az/blogs/post/metodika-obucheniya-poperemennomu-dvukhshazhnomu-khodu/
		(К, И) Коньковая подготовка: Учащиеся обучаются технике входа в	Запрещается выходить на лед без коньков. Движение разрешается только в	Ледовый корт, коньки. Ссылка на технику входа

smk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
		поворот, в частности постановке левого конька на наружное ребро. И. п. – «посадка конькобежца». Катится, отталкиваться только правым коньком (шесть – десять шагов). Тяжесть тела на левом коньке. И. п. – то же, но двигаясь по дуге, слегка наклоняться влево. Правый конек упирается в лед внутренним ребром полоза, а левый скользит на наружном ребре. Несколько шагов по прямой, затем перейти на отталкивание только правой ногой. То же, что и упр. 2, но после отталкивания правой ногой скользить как можно дальше в равновесии на левом коньке.	левую сторону, и все упражнения в движении выполняются в этом направлении. Нарушение правил движения на катке, дисциплины ведет к серьезным травмам. Вход в поворот – очень важный элемент перехода от бега по прямой, к бегу по повороту. От него во многом зависит общая эффективность и структура всех последующих движений в сохранении или увеличении скорости бега. Правильным и наиболее эффективным является вход в поворот с правой ноги.	в поворот на коньках: http://vsnege.com/konki/kak-pravilno-povorachivat-na-konkah/
		(К, Д) Кроссовая подготовка -ходьба (на носках, перекаты, спортивная ходьба и т д.); -беговые упражнения (бег с высоким подниманием бедра, бег с захлестыванием голени, бег с приставными шагами и т д.); -подготовительные и специальные упражнения; -учащиеся пробегают дистанцию 2 круга - 400м в умеренном темпе (девочки чуть меньше), выполняют одни и те же упражнения, и одно и то же количество раз (девочки несколько меньше). Анализируют влияние бега на состояние	Нужно учесть, что подготовленность учащихся класса разная, состояние учащихся после общей разминки неодинаковое. Для одних эта общая нагрузка достаточная, а другие способны и испытывают потребность выполнять более сложные специальные упражнения для укрепления основных мышечных групп – приседания, выпады, прыжки вверх из приседа, прыжки на одной, обеих, с ноги на ногу и т.д. Поэтому после общей разминки рекомендуется дать 2-3 мин на индивидуальную подготовку к кроссовому бегу.	Большое свободное пространство. Ссылка на специальные беговые упражнения: https://marathonec.ru/complex-sbu/

smk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
		здоровья. Измеряют пульс в момент отдыха, рабочий пульс, пульс восстановления.		
3.1.Формирование знаний о личном здоровье и здоровом образе жизни	9.3.1.1.Демонстрировать на собственном примере влияние здорового образа жизни на здоровье	**Комплексы упражнений на улучшение силы и выносливости**		
		(К, И, Ф) Лыжная подготовка. Учащиеся проходят дистанцию 1000 (2000) 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 в гонке важно научиться выбирать оптимальную скорость. Финишное ускорение, его продолжительность зависит от индивидуальных особенностей учащегося.	Распределение сил по дистанции — этим тактическим умением лыжник овладевает на всем протяжении обучения. Темп в учебных забегах и гонках учащиеся выбирают с учетом своей физической подготовленности. Важно научить учащихся выбирать оптимальную скорость передвижения, хорошо отрабатывать это умение на отрезках. Спросите: какие качества развивает данное задание?	Большое, свободное пространство. Ссылка на лыжную подготовку: https://www.youtube.com/watch?v=MPwX526fRN8 Техника лыжных ходов (классика): https://www.youtube.com/watch?v=MPwX526fRN8
		(К, И, Ф) Коньковая подготовка: Обучение бегу по прямой и технике входа в поворот и выхода из поворота. Учащиеся отрабатывают технику входа в поворот и выхода из поворота. Выполняя несколько шагов по прямой, затем переходят на отталкивание только правой ногой. После отталкивания правой ногой выполняют скольжение как можно дальше в равновесии на левом коньке. После отталкивания правой ногой	Правильным и наиболее эффективным является вход в поворот с правой ноги. Последний шаг по прямой заканчивается в зоне перехода разметки дорожки от прямой к повороту. При этом половина шага правой ногой приходится на прямой участок, а вторая половина – на закругление. Продолжая двигаться прямо, конькобежец удаляется от кривизны поворота и, заканчивая отталкиваться правой ногой, наклоняет тело влево.	Ссылка на коньковую подготовку: https://www.youtube.com/watch?v=D3Zg9AY4TmM https://www.youtube.com/watch?v=qS0eUwNCAk0

smk.e kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
		перейти на скольжение как можно дальше в равновесии на левом коньке. Затем подтянуть правую ногу к левой (опорной), согнув ее в коленном суставе. После нескольких базовых шагов, отталкиваясь правой ногой, поставить левый конек под себя на наружное ребро полоза и наклонить корпус влево. Правую подтянуть к левой. Скользить за счет наклона корпуса. После выхода из петли и выполнения двух - трех шагов разгона сделать таким же способом новую петлю. Повторить 3 – 4 раза предварительно набрав большую скорость.	Выход из поворота осуществляется с правой ноги. Для этого в зоне перехода дорожки от поворота к прямой необходимо выполнить скольжение на правом коньке. Левый конек ставится под центр массы тела не на внешнее ребро, а на его плоскость в нужном направлении для бега по прямой. Спросите: Какие группы мышц активно работают при развитии силы и выносливости?	
		(К, И, Ф) Кроссовая подготовка. Участники игры встают на беговой дорожке или игровой площадке так, чтобы между ними была одинаковая дистанция (10—15 м). По сигналу все игроки начинают бег. Задача каждого — не дать себя догнать и постараться коснуться рукой впереди бегущего, чтобы исключить его тем самым из игры. Игра заканчивается, когда останутся трое самых выносливых игроков.	Класс можно разделить на две-три группы, в зависимости от количества учащихся. При касании участника бега, необходимо соблюдать технику безопасности, необходимо слегка задеть бегущего по плечу. Спросите: Способствует ли это задание развитию выносливости? Какие упражнения еще вы знаете, способствующие развитию выносливости?	Ссылка на кроссовую подготовку: http://cyberleninka.ru/article/n/tehniko-takticheskie-deystviya-kvalifitsirovannyh-lyzhnikov-gonschikov-sprinterov
1.4.Оценивание собственных умений и умения	9.1.4.1.Оценивать собственные умения и умения	**(К, И, Ф) Лыжная подготовка.** Учащиеся совершенствуют технику торможения «плугом». Торможение «плугом» выполняют обеими лыжами на прямых спусках с достаточно плотным	Напомнить учащимся о правилах безопасности во время торможения. Обратить внимание учащихся, что в момент проката недопустимо резкое выпрямление, так как это увеличивает	Большое свободное пространство Ссылка на торможение «плугом»: http://fb.ru/article/303233/to

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
других для улучшения выполнения двигательных действий	других для улучшения выполнения двигательных действий	снежным покровом. Для этого учащийся на спуске из скольжения на параллельных лыжах плавно и симметрично разводит пятки обеих лыж в стороны, ставит лыжи на внутренние ребра, равномерно распределяет массу тела на обе ноги, не допуская скрещивания носков лыж. Степень торможения, вплоть до остановки, находится в прямой зависимости от угла разведения лыж. Торможение заканчивается возвращением в скольжение на параллельных лыжах. Торможение боковым соскальзыванием применяют в зависимости крутизны склона. После каждого спуска учащиеся оценивают собственные умения и умения других для улучшения техники исполнения. **(Г, П, Ф) Коньковая подготовка:** Учащиеся в группах, парах работают по заданию: пробегают три отрезка по 100 метров с различной скоростью, при этом ставится задача измерить время преодоления этого отрезка и подсчитать число шагов. Затем переходят к прохождению дистанции 1000 метров. Учащиеся стараются выдерживать тактику распределения сил на дистанции, прилагая определенные усилия на всех этапах прохождения дистанции. После каждого выполнения задания в парах	давление лыж на снег и сокращает длину скольжения. Вес тела желательно рассредоточить поровну на обе лыжи. Палки должны быть направлены назад. Спросите: участился ли ваш пульс после прохождения дистанции? Почему? Важно ли соблюдать технику торможений? На дистанции необходимо поддерживать равномерную скорость. Учащиеся должны распределить силы так, чтобы при финишировании был скоростной рывок, и участник должен закончить дистанцию. Спросите: Какую пользу вашему здоровью приносят уроки физической культуры на свежем воздухе? Трудно ли распределять равномерно силы по дистанции? Какие упражнения на увеличения ЧСС вы знаете?	rmojenie-plugom-na-lyijah-poshagovaya-instruktsiya Ледовый корт. Ссылка на коньковую подготовку: https://www.youtube.com/watch?v=D3Zg9AY4TmM https://www.youtube.com/watch?v=qS0eUwNCAk0

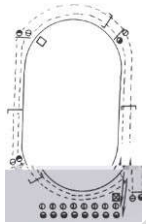
smk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
		проводят оценивание собственных умений и умения других для улучшения выполнения двигательных действий. **(К, Д) Кроссовая подготовка** Для развития у учащихся статической и силовой выносливости мышц брюшного пресса, плечевого пояса и туловища, применяют метод круговой тренировки, включая 7-8 упражнений, выполняемых в среднем темпе. 1- приседание с набивным мячом; 2- поднимание и опускание туловища из положения лежа на спине; 3- сгибание и разгибание рук в упоре стоя; 4- подъем на опору (на гимнастической скамейке); 5- поднимание и опускание туловища из положения лежа на животе, 6 - подтягивание из виса лежа; 7- круговые вращения туловищем; 8- прыжки со скакалкой.	Приступать к тренировке без разминки не рекомендуется, особенно это касается неподготовленных учащихся. Время выполнения каждого упражнения – 25 сек, интервал отдыха между сериями 60 сек. Круговую тренировку рекомендуется заканчивать прыжковыми упражнениями. В качестве тренировочного средства в этом случае используется непрерывный бег в равномерном темпе продолжительностью 30 мин 2 раза в неделю. Интенсивность бега зависит от его скорости	Большое свободное пространство. Ссылка на принципы круговой тренировки: http://odiplom.ru/lab/metody-krugovoi-trenirovki.html
1.3.Комбинирование навыков и последовательностей движений при выполнении спортивно - специфичес	9.1.3.1.Комбинировать навыки и последовательности движений при выполнении спортивно - специфичес	**Совершенствование специально-специфических упражнений для преодоления препятствий**		
		(К, И, Ф) Лыжная подготовка. Учащиеся в ходе занятия совершенствуют технику попеременного двухшажного хода; на каждые два шага выполняют одно отталкивание руками. Во время первого шага руки делают мах вперед, их сгибают в локтевых суставах, чтобы	Напомнить учащимся о правилах безопасности во время передвижения. Обратить внимание учащихся, что в момент проката недопустимо резкое выпрямление, так как это увеличивает давление лыж на снег и сокращает длину скольжения. Ошибки в классических	Большое свободное пространство для лыжной подготовки. Секундомер, лыжный инвентарь. Ссылка на попеременный двухшажный ход:

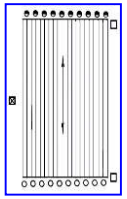
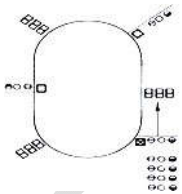
smk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
ких техник	ких техник	выпустить кольца палок вперед, от себя. При завершении второго шага начинают одновременный толчок руками. Во время отталкивания руками маховая нога приставляется к опорной, и начинается скольжение на двух лыжах. При изменении рельефа местности, условий скольжения, зачастую происходит смена ходов на одновременный одношажный ход, в ходе которого в течение каждого скользящего шага выполняют одно отталкивание руками и один толчок ногой (правой или левой). Лучше всего поочередно толкаться и правой, и левой ногой. Одновременный одношажный классический ход имеет два варианта: скоростной и затяжной. Он необходим при обгоне. **(Г, П, Ф) Коньковая подготовка:** Учащиеся в группах, парах работают по заданию. Пробегают три отрезка по 100 метров максимальной скоростью,при этом ставится задача измерить время преодоления этого отрезка и подсчитать число шагов. Во втором отрезке, сохраняя ту же скорость, сделать на 1-2 шага меньше за счёт более сильного отталкивания. То же самое на дистанции 300 – 400метров. Пробежать два круга, сделав в промежутке круг отдыха. Нужно постараться, чтобы время бега	ходах при переходах с попеременного на одновременный и обратно чаще всего обусловлены нарушением последовательности и очередности маховых и толчковых движений руками и ногами при выполнении промежуточных скользящих шагов. Спросите: участился ли ваш пульс после прохождения дистанции? Почему? Для чего необходимо правильно восстанавливаться? Одной из основных задач обучения - развитие быстроты и поддержание скорости. Это умение вырабатывают с помощью специальных упражнений, к которым относятся: пробежать несколько раз 100 – метровый отрезок с руками за спиной, измеряя время и подсчитывая число шагов; сохраняя ту же скорость бега, сделать на 1 – 2 шага меньше за счет более сильного отталкивания; Спросите: Сложно ли было вам подсчитать число шагов и уменьшить их количество? Какой вид двигательной	https://www.ski.ru/az/blogs/post/metodika-obucheniya-poperemennomu-dvukhshazhnomu-khodu/ Ледовый корт Ссылка на коньковую подготовку: https://www.youtube.com/watch?v=D3Zg9AY4TmM https://www.youtube.com/watch?v=qS0eUwNCAk0

smk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
		различалось не более чем на 1с.	активности влияют на ваше настроение и хорошее самочувствие?	
		(К, Д, И) Кроссовая подготовка. Преодоление узких (1,0-1,5м) горизонтальных препятствий (2-3) прыжком «в шаге» с места, толкаясь поочередно левой и правой ногой. В полетной фазе прыжка нога согнута в колене, бедро поднимать выше. Преодоление препятствий выполняется поочередно с дистанцией 5м Преодоление узких (1,5-2,0м) горизонтальных препятствий (2-3) прыжком «в шаге» с короткого разбега, толкаясь поочередно левой и правой ногой.	Учащиеся после преодоления препятствий выполняют упражнение на растяжку. Во время бега руководствоваться указанными непосредственно на грунте обозначениями. В процессе бега стараются не переходить на ходьбу, дыхание не задерживать, распределять собственные силы путем снижения и увеличения скорости бега. Объяснить технику бега по пересеченной местности с изменением направления и скорости, обегая препятствия.	Большое, свободное пространство для каждого вида деятельности Пересеченная местность, спортивные площадки, свисток для учителя.
3.3. Изучение и испытание на практике упражнений различной физической нагрузки, их влияние и связь с энергетической системой организма	9.3.3.1.Объяснять и описывать деятельность энергетической системы и её связь с упражнениями различной физической нагрузки	**(Г, Д) Лыжная подготовка. Эстафета с препятствиями.**  От каждой команды выделяется столько человек, сколько имеется препятствий. Каждый участник команды находится в начале своего этапа. По сигналу учителя участник, стоящий у первого этапа, начинает гонку с преодолением препятствия. Дойдя до следующего участника, он передает ему эстафету, и так продолжается до тех пор, пока к финишу	Необходимо учесть, что основная задача при проведении эстафеты это: закрепление техники передвижения на лыжах различными способами с преодолением естественных и искусственных препятствий. Нельзя начинать движение, пока не будет передана эстафета. Необходимо, быстрее преодолеть трассу и не нарушать правила преодоления препятствий. Длина этапов 100 — 150 м. На них должны быть устроены препятствия: вырыта в снегу траншея, натянуты веревки (через которые нужно	Большое, свободное пространство для соревнований. Лыжи, веревки, щит из фанеры, снеговик, секундомер, свисток Ссылка на подвижные игры на лыжах: http://www.fizkulturavshkole.ru/lyzhnyeigry.html

sdk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
		не придет последний участник эстафеты. Побеждает команда, имеющая в сумме больше побед.	перелезать и такие, под которые нужно подлезать), насыпаны снежный бугор, вал и т. д. Можно установить цель (снеговик, щит из фанеры).	
		 **(Г, Д) Коньковая подготовка. Встречные старты.** Участники команд располагаются за противоположными линиями в шеренгах по одному с интервалом, для того, чтобы при встречном движении не было столкновений. По сигналу игроки команд устремляются вперед и стараются как можно быстрее занять исходное положение за линией противоположной команды. Выигрывает команда, игроки которой раньше успели занять исходное положение соперника.	Эстафету нужно проводить на ровной поляне, на расстоянии 70—100 м одна от другой, следует провести параллельные. **Задачи:** развитие скоростных качеств; совершенствование техники передвижения на лыжах в соревновательных условиях. Контролируйте соблюдение правил техники безопасности и правильной техники передвижения на коньках. Эстафету можно усложнить с преодолением различных препятствий.	Большое, свободное пространство для соревнований, коньки, фишки, конусы, стойки, секундомер, свисток. Ссылка на подвижные игры на коньках: http://moideti.com/article_view.php?id_article=356&id_lang=1
		 **(Г, Д) Кроссовая подготовка. Эстафетный бег с преодолением препятствий.** Участники эстафетного забега занимают места на этапах и по сигналу, стартует участник первого этапа, который преодолевает препятствия и передает эстафетную палочку на очередном этапе,	Обратите внимание учащихся на правильное дыхание во время бега, на соблюдение правил техники безопасности. Барьеры могут быть заменены любыми предметами, а эстафету можно выполнять касанием руки или плеча участника. Контролируйте технику бега и передачи эстафетной палочки.	Большое, свободное пространство для соревнований. Барьеры, эстафетные палочки, различные препятствия. Свисток, секундомер. Ссылка на подвижные игры с элементами бега: https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-

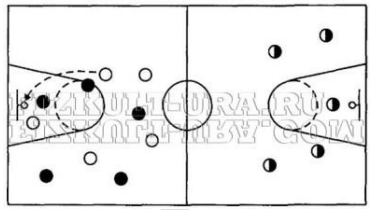
smk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
		и так до тех пор, пока все участники не пройдут свои этапы. **Вариант:** эстафета может продолжаться столько кругов, сколько этапов в забеге. Победителю присуждается пять очков, за второе место - три и за третье место - одно очко. За каждое нарушение правил (фальстарт, забегание на чужую дорожку, создание помех сопернику) снимается одно очко.	Обсудите вместе с учащимися деятельность энергетической системы и её связь с упражнениями различной физической нагрузки.	sport/library/2015/06/11/podvizhnye-igry-dlya-uchashchihsya-5-9-klassov-v-ramkah

smk.edu.kz

Физическая культура. Основная школа. 9 класс		
Раздел 6: Командообразующие игры		
Рекомендуемые предварительные знания		
Учащиеся обладают предварительными знаниями концепций командообразующих игр и навыками игр в них по предыдущим классам, а также внешкольной деятельности.		
Контекст		
В этом разделе, учащиеся в командообразующих играх развивают свои общие навыки и особенно акцентируют внимание на улучшении своего когнитивного мышления и понимания, во время игры.		
Языковая цель обучения данного раздела **Пример** языковой цели обучения с соответствующей академической школьной терминологией приведен ниже, для содействия учащимся достичь цели изучения предмета данного раздела.		
Языковая цель обучения	**Предметная лексика и терминология**	**Полезные фразы для диалога**
Учащиеся могут: • Обсуждать и демонстрировать свои навыки и понимание, в рамках командобразующих игр	*Включает:* • атака • защита • взаимодействие, соревнование • ориентирование в пространстве • командная работа • тактика, стратегии • передвижение с мячом • бег, изменение скорости, направления • дриблинг • пас, передача мяча	*Вопросы для обсуждения:* • Какие тактики может использовать команда? Что вы можете сделать, чтобы ваша команда работала лучше? • Что вы можете предпринять, чтобы избежать потенциальных угроз к здоровью на уроках? • Достаточно ли хорошо была продумана взаимосвязь в командной деятельности лидером команды? • Не нарушались ли правила игры, судейство при данной игре? • Какой лучший способ играть против игрока-защитника? • Почему лучше концентрировать свое внимание на одном игроке за один раз или лучше отмечать каждого противника? • Чем отличается стритбол, от обычного баскетбола?
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		
В этом разделе учащиеся улучшают знания и понимание своего ориентирования в игровом пространстве во время игр. Учащиеся развивают двигательные навыки спортивной игры, используя подвижные игры с элементами баскетбола, развивают лидерские навыки в командных играх, совершенствуют навыки решения проблем, разрабатывают альтернативные и игровые комбинации для улучшения тактики в игре.		

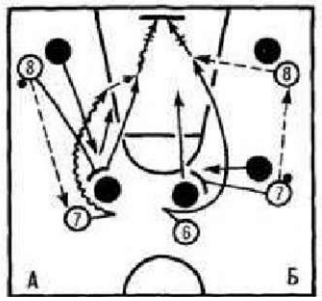
snik.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
3.4. Разрабатывать и применять стратегии управления рисками в ряде физических нагрузок, направленных на укрепление здоровья	9.3.4.1. Понимать и детально описывать сложные вопросы здоровья, техники безопасности, а также способы снижения потенциальных угроз здоровью	**Командная деятельность и лидерство в играх**		
		(К, Г, Ф) «Нападают пятёрки». Играют три команды на баскетбольной площадке. Вторая и третья пятёрки строят зонные защиты, каждая под своим щитом. Мяч находится у игроков 1-й пятёрки, расположенной в произвольном порядки лицом ко 2-й пятёрке. Содержание игры. По сигналу учителя игроки 1-й пятёрки нападают на щит 2-й пятёрки, стараясь забросить мяч в корзину. Как только игрокам 2-й пятёрки удаётся перехватить мяч, они, не останавливаясь, нападают на щит 3-й пятёрки. 1-я пятёрка, потерявшая мяч, строит зонную защиту на месте 2-й пятёрки. 3-я пятёрка, овладевшая мячом, начинает нападение на 1-ю пятёрку и т.д. Команда, забросившая мяч, получает очко и строит зонную защиту, а проигравшие идут в нападение. Игра длится 10-15 мин. Побеждает команда, набравшая больше очков. Учащиеся обсуждают и оценивают свои личные навыки в совместной работе. 	Учителю необходимо объяснить правила игры: 1.Игра начинается по сигналу учителя. 2.Игра проходит по правилам баскетбола. 3.Учащиеся должны строго придерживаться техники безопасности при данной игре. Необходимо следить за тем, чтобы игроки получили достаточную нагрузку во время игры. Спросите, как вы соблюдали технику безопасности? Какие тактики может использовать команда? Что вы можете сделать, чтобы ваша команда работала лучше?	Большое свободное пространство. Баскетбольные мячи, свисток учителя. Ссылка на правила и содержание игры: http://fizkult-ura.ru/node/32392
		(П, К, Ф) "Пятнадцать передач". Для игры	Правила игры: 1. Центральный игрок	Большое свободное

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
		требуется набивной мяч весом 1 кг. Играть могут одновременно несколько команд, каждая из которых состоит из трёх игроков, имеющих номера 1, 2, 3. Они становятся в одну шеренгу на расстоянии 3-4 м друг от друга. Центральный игрок (номер 2) по сигналу преподавателя бросает набивной мяч своему партнёру слева (номер 1). Тот ловит мяч и бросает его вправо через центрального игрока номеру 3, который возвращает мяч обратно центральному игроку. Это считается одной передачей. Игра продолжается, пока не будет выполнено 15 передач, что приносит команде победное очко. Выигрывает команда, набравшая за установленное время большее число очков.	каждый раз должен объявлять номер законченной передачи. 2. Если мяч у какой-либо команды упал, то она должна поднять его и начать передачу сначала. 3. Игроки не должны толкать друг друга руками. Спросите: Как вы соблюдали технику безопасности? Что вы можете предпринять, чтобы избежать потенциальных угроз здоровью на уроках?	пространство. Набивной мяч весом 1 кг. Ссылка на подвижную игру, описание: http://fizkult-ura.ru/node/32392
		(К, И, Ф) Разделить класс на две команды. Игру можно провести с 10-20 учащимися. Задача команды владеющий мячом – сделать 10 передач, другая команда должна перехватить мяч и начать свои 10 передач. Побеждает команда, быстрее сделавшая 10 передач без потери.	Развивать умение согласовывать свои действия с действиями партнера, воспитывать коллективизм. Спросите: Какую тактику может использовать команда? Что вы можете сделать, чтобы ваша команда работала лучше?	Большое свободное пространство, баскетбольный мяч.
2.2. Развивать и применять лидерские навыки и навыки	9.2.2.1.Оценивать лидерские навыки и навыки	**(Г, Э, Ф)** Ведение мяча. Класс разделить на 2-3 команды. Одному учащемуся, выбранному лидеру от команды выдается для изучения учебная карточка с заданием. Он со своей командой	Варианты заданий можно изменять в зависимости от имеющегося инвентаря и предполагаемого вида учебной деятельности. Проследите, что бы лидер команды помогал участникам своей	Большое игровое пространство, свисток, мячи баскетбольные. Ссылка на игры и эстафеты с элементами

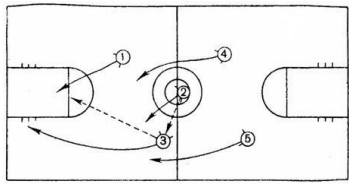
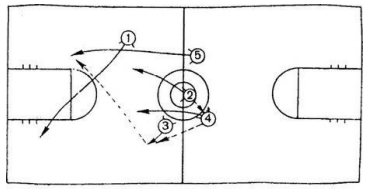
emk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
навыки работы в команде	работы в команде	знакомится с заданием и объясняет, как нужно выполнить эстафету. **Карточка с заданием:** По команде учителя, первый игрок, с ведением мяча бежит к щиту. Выполняет пять передач мяча от груди двумя руками в баскетбольный щит, и возвращается с ведением мяча к своей команде, передав эстафету следующему. По завершении команда поднимает руки вверх.	команды. Спросите: Кто, на их взгляд, был лидером? По каким критериям они это определяли? Достаточно ли хорошо была продумана взаимосвязь в командной деятельности лидером команды?	баскетбола на уроках физической культуры: http://xn--i1abbnckbmcl9fb.xn--p1ai/%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%8C%D0%B8/657771/
2.8. Исполнять роли, обусловленные различными контекстами движений, и осознавать их различия	9.2.8.1.Оценивать и адаптировать различные роли, обусловленные контекстами движений	**Совершенствование навыков решения проблем в спортивных играх**		
		(К, Г, Ф) Учащиеся делятся на команды. На площадке чертят 3 круга, один в другом: первый диаметром - 1м; второй – 3м; и третий - 5м. В первый круг - становится ловец, второй круг свободен, в третий - становятся защитники (4-6 человек). 2 команда – игроки поля. Игроки поля, используя все элементы баскетбола, стараются передать мяч ловцу (через пол, сквозь защитников, но не сверху). Защитники им противодействуют, не давая ловцу поймать мяч. Выигрывает та команда, которая большее количество, раз за определенное время передала мяч своему ловцу.	Научить учащихся применять разученные действия с мячом, сочетать передачу, ловлю и ведение мяча. Способствовать воспитанию коллективизма, развитию совместных действий. Спросите, как обыграть защитника? Какой самый лучший способ вывести защитника из игры?	Большое свободное пространство, баскетбольные мячи, мел, секундомер, свисток.
		(К, Г) Взаимодействие трех игроков. Игрок с мячом, расположенный между	Напоминать учащимся, быть целеустремленными. Поддерживать при	Большое свободное пространство, свисток,

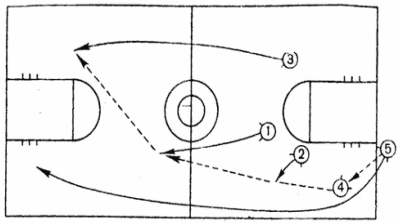
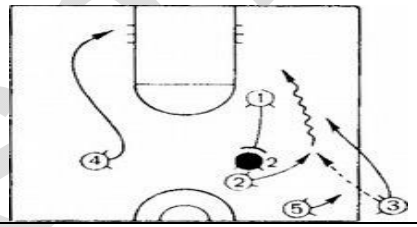
Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
		двумя партнерами, передает мяч в одну сторону, а двигается на заслон в противоположную. Если защитник переключился на освобождаемого игрока, последующий выход может осуществить партнер, ставивший заслон. 	взаимодействии друг друга при создании комбинационных действий. Спросите: Какой лучший способ играть против игрока-защитника?	мячи баскетбольные. Ссылка на тактические действия в баскетболе: http://avangardsport.at.ua/blog/gruppovye_dejstvija_v_napadenii/2012-05-31-15#.W9LAcdUzbIU
1.4. Оценивать собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий	9.1.4.1.Оценивать собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий	**(К, Г, Ф)** Все играющие делятся на две команды: «утки» и «охотники». «Охотники» становятся по кругу за чертой и получают мяч, а «утки» произвольно располагаются внутри круга. По сигналу или по команде учителя «охотники» начинают мячом выбивать «уток». «Убитые утки», в которых попал мяч, выбывают за пределы круга. Игра продолжается до тех пор, пока не будут выбиты все «утки» из круга. Вовремя броска мяча «охотникам» нельзя переступать черту круга. Когда будут выбиты все «утки», команды меняются местами.	Необходимо учесть, что, бить нужно только по ногам в целях безопасности. Спросите: Что вы можете сделать, чтобы ваша команда работала лучше? Как игрок-защитник может ускользнуть от мяча? (Например, убегая, ускользая, меняя скорость/направление). Какой самый лучший способ вывести защитника из игры? (Например, делать аккуратные и быстрые передачи, общаться друг с другом, находиться рядом с игроком и не давать ему пространства).	Большое свободное пространство, баскетбольные мячи. Ссылка на правила и содержание игры «Утки и Охотники»: activ-igra.ru/ohotniki-i-utki.html
		(К, Г, Ф) Борьба за мяч 3х3. Команды	Игра большой интенсивности.	Баскетбольная площадка.

edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
		делятся на тройки: нападающих и защитников. Возле каждого щита ведется игра: трое игроков одной команды стараются забросить мяч в кольцо, а трое из другой пытаются помешать им, т. е. перехватить мяч и не дать забросить в кольцо. Игрок, по вине которого потерян мяч, становится за лицевую линию и производит вбрасывание мяча. В ходе игры защитники меняются ролями с нападающими. Побеждает команда, забросившая большее количество мячей за определенное время.	Необходимо следить за тем, чтобы игроки получили достаточную нагрузку во время игры. Бросок по кольцу при перехвате мяча можно начинать, только выйдя за пределы штрафной площадки. Спросите: Какие тактики может использовать команда? Что вы можете сделать, чтобы ваша команда работала лучше?	Баскетбольные мячи.
2.3. Демонстрация ряд навыков совместной и эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды	9.2.3.1.Оценивать ряд навыков совместной и эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды	**Разработка игровых комбинаций**		
		(П, К, Э, Ф) Учащиеся в парах или командах выбирают инвентарь и оборудование для того, чтобы разработать игровые комбинаций как в нападении, защите, передачи мяча в различных игровых ситуациях.	В процессе каждого соревнования много раз встречаются одинаковые или похожие между собой комбинаций. Спросите: Какие еще тактические приемы вы бы предложили для улучшения действий команды в защите или нападении?	Большое, свободное пространство для всех видов деятельности, баскетбольные мячи.
		(К, Г, Ф) Баскетбол. Учащиеся выполняют различные игровые комбинации по карточкам. **1-й пример.** Центральный игрок передает мяч вперед-влево № 3 и в том же направлении выбегает сам. В этот момент передний нападающий № 1 вбегает в область штрафного броска, куда ему и следует передача от № 3. После передачи	Для эффективной работы команды целесообразно, чтобы подобные положения развертывались в определенные игровые комбинации, а не решались каждый раз по-разному. Учащиеся должны понимать, что каждая команда должна строить игру, совместимой со своими возможностями и принятой системой игры. Для примера	Игровая площадка, баскетбольные мячи, свисток, конусы, фишки. Ссылка на «Игровые комбинации»: http://www.offsport.ru/basketball/52/primery-igrovyh-kombinacij.shtml

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
		№ 3 проходит вдоль левой боковой линии к самому щиту, а защитники подтягиваются справа и сзади. Таким образом, получив мяч, № 1 может делать бросок, а если он окажется, закрыт, то следует передать влево № 3, находящемуся в лучшем положении, или кому-либо из партнеров.  **2-й пример.** Центр № 2 отбивает мяч назад к защитнику № 4. Защитник передает мяч отбегающему игроку в сторону № 3, а сам перемещается в передовую зону. Во время этих двух передач нападающий № 1 пересекает площадку и выбегает к щиту слева, а защитник № 5 — с другой стороны. В данном примере № 3 передает мяч № 5, но он мог передать центру № 2, № 4 и № 1. 	приводится несколько комбинаций на различные моменты игры. Учащимся нужно сообщить, что в обоих примерах нападение строится в 2—3 передачи и с таким размещением игроков, при котором у средней линии всегда находится один из них для страховки в случае потери мяча. Спросите: какова цель данной игровой комбинаций? Как игровая комбинация начинается и заканчивается? Как нападающие набирают очки?	
2.5.	9.2.5.1.Оцен	**(К, Г, Э, Ф) Вбрасывание мяча из-за**	Обратить внимание на технику	Игровая площадка,

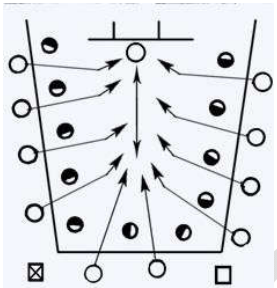
edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
Критически оценивать собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения	ивать и анализировать собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения	лицевой линии в тыловой зоне. В момент передачи мяча от № 5 к № 4 остальные игроки продвигаются вдоль площадки. №4 передает № 2, тот —№ 1 и № 1 —№ 3. Если № 3 окажется, закрыт, то № 1 может пытаться пройти с мячом сам или передать влево № 5, который за это время сумел занять выгодную позицию для броска в корзину.  (К, Г) Вбрасывание мяча из-за боковой линии в передовой зоне. Нападающий № 1 ставит заслон противнику № 2. Получив мяч от № 3, № 2 ведет под щит для броска, а в случае помехи может сделать передачу № 4, который находится в выгодной позиции, с другой стороны. 	безопасности при передачах мяча. Спросите: есть ли необходимость менять оборудование и/или размер игровой зоны? Есть ли необходимость введения большего количества защитников или изменить правила, чтобы сделать игровую комбинацию более сложной? Была ли оценивающая пара в состоянии дать конструктивную обратную связь (навыки общения), которая помогла вам улучшить вашу игровую комбинацию? Способствовать воспитанию коллективизма, развитию совместных действий и эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды. Развивать умение согласовывать свои действия с действиями партнера, воспитывая коллективизм у учащихся анализировать собственные творческие способности и способности других. Спросите: достаточно ли хорошо была продумана взаимосвязь в командной деятельности лидером команды? Как лучше играть против игрока-защитника?	баскетбольные мячи, свисток, конусы, фишки. Ссылка на «Игровые комбинации»: http://www.offsport.ru/basketball/52/primery-igrovyh-kombinacij.shtml Большое пространство, спортзал, баскетбольные мячи. Ссылка на «Игровые комбинации» http://www.offsport.ru/basketball/52/primery-igrovyh-kombinacij.shtml
2.1.	9.2.1.1	**Разработка альтернативной игры**		

smk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
Адаптировать приобретенные знания, связанные с движением, для реагирования на изменяющиеся обстоятельства	оценивать приобретенные знания, связанные с движением, для реагирования на изменяющиеся обстоятельства	**(К, Г, Э, Ф) «Баскетбол с надувным мячом».** Две команды (по 4-6 учащихся) произвольно располагаются на баскетбольной площадке (как в баскетболе). Капитаны выходят на середину. Учитель подбрасывает между капитанами надувной мяч, после чего он попадает к одной из команд. Её игроки, подпрыгивая и подбивая мяч рукой, передают его друг другу. Когда мяч коснётся баскетбольного щита, команда получает очко. После того как цель достигнута, мяч снова разыгрывается в центре площадки между капитанами или игроками, которых они выделяют. Игра длится 10 мин со сменой сторон площадки после первых 5 мин игры. Побеждает команда, набравшая больше очков. **(К, Г, Ф)** Учащиеся делятся на 2-3 команды и становятся каждая в свой круг. По сигналу начинается передача мяча (заранее обусловленным способом) в любом направлении. Игрок, допустивший ошибку, покидает круг. Игра продолжается до тех пор, пока в круге не останется один игрок, который считается победителем в своей команде. Затем победители каждой команды играют между собой, выявляя чемпиона. Вариант: игроки не выбывают, а за	Учитель объясняет правила данной игры. Во время прыжков не разрешается отталкивать других игроков, а также бежать с мячом в руках. За нарушение мяч передаётся другой команде, за вторичное нарушение игрок удаляется с площадки на 1 мин без права замены. Примечание. Если играют надувным шариком, то два-три таких же шарика надо иметь в запасе. Ими можно заменить лопнувший шарик. Спросите: какова цель игры? Как игра начинается и заканчивается? Как нападающие набирают очки или голы? Не нарушались ли правила игры, судейство при данной игре? Игра большой интенсивности, учителю следует быть особо внимательным. Спросите: какова цель игры? Как игра начинается и заканчивается? Как нападающие набирают очки или голы? Не нарушались ли правила игры, судейство при данной игре?	Баскетбольная площадка, надувные шарики, мячи, свисток для данной игры, секундомер. Ссылка на подвижные игры, альтернативная игра баскетболу: http://fizkult-ura.ru/node/32399 Большое свободное пространство, Спортзал, баскетбольные мячи, свисток учителя.

smk.e

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
		ошибки командам, которые они представляют, начисляют штрафные очки. Выигрывает команда, у которой сумма штрафных очков меньше.		
2.6. Знать правила соревновательной деятельности и правила судейства	9.2.6.1 оценивать и анализировать правила соревновательной деятельности и правила судейства	**(Г, Ф) «Удержи нападающего».** Класс делится на две команды. Одна команда (защитников) располагается внутри штрафной площадки, а другая (нападающих) — за штрафной линией. Нападающий свободно передвигается вокруг штрафной площадки. Его задача — быстрее пройти к щиту, выполнив технические элементы: остановку в два шага, вышагивание, финты туловищем.  Защитник, опекающий его, старается сохранить положение между нападающими и корзиной. Игра начинается только по сигналу преподавателя. Затем команды меняются ролями. Побеждает команда, допустившая меньше ошибок.	Контролируйте, чтобы игра начиналась только по сигналу учителя. Напомните учащимся, что данное задание закрепляет технику передвижений; обучение тактике действий в игровых условиях. Необходимо следить, чтобы при контактах нападающего и защитника не допускалось грубое давление как с одной, так и с другой стороны (толчки, удары). Спросите: соблюдали ли вы правила игры?	Большое свободное пространство, баскетбольные мячи, свисток. Ссылка на специальные упражнения с мячом: http://www.gomelscouts.com/uderzhi-napadayushhego.html
		(К, Г, Ф) Учащиеся делятся на 2 команды по 3 человека. На одной половине баскетбольного поля. Это баскетбол, но только в одно кольцо. Отличия от	Учащиеся должны обращать внимание на технику безопасности при данной игре. Стритбол – игра 3 на 3. Команда состоит из 4 игроков (3 полевых и 1 запасной).	Спортзал, либо специальные площадки на улице. Баскетбольные мячи,

smk.e.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
		баскетбола: 1) трехсекундной зоны нет; 2) в команде количество игроков 2-3 человека; 3) при каждом попадание в кольцо, мяч разыгрывается той командой, которое попало в кольцо; 4) в стритболе более жесткий контакт, считается, что уличная игра должна быть такая; 5) если в баскетболе за каждое попадание 2 очка, то в стритболе за попадание дают только одно. 6) линия для выполнения штрафных бросков расположена на том же расстоянии от точки — проекции центра кольца на площадку, что и на обычной баскетбольной площадке, и имеет длину 1 метр. Также и 3-х очковый бросок за попадание в стритболе дают 2 очка, а не 3.	Учащиеся заранее определяют ту команду, которая будет вести мяч в игру. Учащиеся, оценивают и анализируют игру в стритбол, также правила судейства. Спросите: Чем отличается стритбол, от обычного баскетбола?	кольца, свисток. Ссылка на информацию о стритболе: https://ru.wikipedia.org/wiki/Стритбол

smk.edu.kz

Физическая культура. Основная школа. 9 класс		
Раздел 7: Социальные навыки и решение задач в командной деятельности		
Рекомендуемые предварительные знания		
Учащиеся имеют опыт в командных играх, полученный в предыдущих классах и во внеурочной деятельности.		
Контекст		
В этом разделе учащиеся анализируют и оценивают командную игру, развивают социальные навыки решения задач в командной деятельности, и в частности фокусируются на продвинутых стратегиях и эффективности команды во время игры.		
Языковая цель обучения данного раздела Пример языковой цели обучения с соответствующей академической/школьной терминологией приведен ниже, для содействия учащимся достичь цели изучения предмета данного раздела.		
Языковая цель обучения	**Предметная лексика и терминология**	**Полезные фразы для диалога**
Учащиеся могут: • объяснять и демонстрировать собственное понимание во время командных игр	*Включает:* • атака: финт, удар, проникновение, уклонение, обман • защита: персональная защита, зональная • пас, передвижение с мячом и без мяча, перехват • сплоченность команды, коллективная • защитники, полузащитники и нападающие, центральный • использование пространства • роли: лидер/капитан, аналитик, исполнитель	*Вопросы для обсуждения:* • Зачем нам необходимо знать инструкции по безопасности, когда мы меняем вид деятельности и изучаем новые игровые ситуации? • Как вы использовали знания по технике безопасности? • Что вы можете предпринять, чтобы избежать потенциальных угроз к здоровью на уроках? • Почему движение без мяча в игре необходимо для успешного решения задач в командной деятельности? • Какая стратегия является наиболее эффективной, чтобы обойти противника? • Какие стратегии позволяют достичь хорошей игры в обороне? • Какие роли способствуют успешному выступлению команды?
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		
В данном разделе учащиеся работают над совершенствованием социальных навыков в командной деятельности. Выполняют и демонстрируют индивидуальные, групповые, командные тактические действия в командных играх. Учащиеся сравнивают и сопоставляют различные тактики и стратегии в командной игре и исполняют различные роли в выполняемых заданиях.		

smk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
3.4. Разрабатывать и применять стратегии управления рисками в ряде физических нагрузок, направленных на укрепление здоровья	9.3.4.1 понимать и детально описывать сложные вопросы здоровья, техники безопасности, а также способы снижения потенциальных угроз здоровью	**Техника безопасности. Техника владения мяча в игровых ситуациях**		
		(К) Техника безопасности**.** Умение учащихся контролировать самочувствие во время занятий ФК. Соблюдение правил техники безопасности: безопасно использовать оборудование и ресурсы в контексте движений, качественно выполнять специальные упражнения.	Необходимо соблюдать инструкцию по технике безопасности. Спросите: Зачем нам необходимо знать инструкции по безопасности, когда мы меняем вид деятельности и изучаем новые игровые ситуации?	Ссылка на технику безопасности: https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2013/12/10/tekhnika-bezopasnosti-futbol
		(П, Э, Ф) Учащиеся работают в парах, чтобы попрактиковаться в совершенствовании техники владения мячом, различных ложных маневрах в игровых ситуациях. Один игрок выступает в качестве защитника, а другой - атакующий. Атакующий игрок выполняет обманное движение (уклонение, финт, удар или бросок), чтобы пройти мимо защищающего игрока. Игроки по очереди становятся защитниками и атакующими.	Акцентируйте внимание учащихся на совершенствование техники владения мяча в различных маневрах. Спросите: какие различные техники вы можете использовать в игровых ситуациях, чтобы иметь преимущество над соперником.	Большое, свободное пространство для каждого вида деятельности. Футбольные мячи, конусы, чтобы разделить поле. Ссылка на обучение финтам в футболе: https://www.youtube.com/watch?v=lj8r3ndLPOY
1.1. Развивать точность, контроль и маневренность при выполнении различных	9.1.1.1 сопоставлять двигательные навыки для развития точности,	**(К, Г, Д, Ф)** «Футбольный слалом». Класс разделить на две команды. Команды построены в колонны по одному за общей линией старта, у ног первых номеров футбольные мячи. На дистанции эстафеты на продольных линиях установлены по 4—5 стоек на расстоянии 2—3 м одна от другой. Первая стойка находится на	Варианты: 1) ведение мяча вокруг каждой стойки или конуса (вправо или влево) с передачей эстафеты во встречную колонну; 2) ведение мяча попеременно вправо вокруг одной стойки и влево вокруг следующей стойки и т. д. с передачей	Большое, свободное пространство Свисток, футбольные мячи, конусы. Ссылка на подвижные игры в футбол: https://infourok.ru/podvizhnie-igri-s-elementami-

smk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
спортивно-специфических двигательных действий	контроля и маневренности в большом диапазоне спортивно-специфических двигательных действиях	расстоянии 3—5 м от линии старта. По сигналу учителя первые игроки команд ведут ногой мяч, зигзагообразно обводят поворотные стойки на пути то слева, то справа и тем же способом возвращаются назад, передавая эстафету (мяч) следующему игроку, и т. д. Выигрывает команда правильно и первой выполнившая задание.	эстафеты во встречную колонну; 3) ведение мяча с обводкой двух стоек «восьмёркой» (расположенных параллельно линии старта на одинаковом расстоянии от встречных колонн) с передачей эстафеты во встречную колонну. Спросите: Как вы соблюдали технику безопасности? Что вы можете предпринять, чтобы избежать травм на уроках?	futbola-1461767.html
		(К, Г, Э, Ф) Класс разделить на команды. Учащиеся практикуются в защите и в атаке со стандартных позиций в командной игре. Половина класса должна экспериментировать со стандартными положениями защиты, другая половина практикует стратегию и тактику атаки. При этом совершенствуют технику владения мячом в различных игровых ситуациях. Обе половины класса должны поменяться ролями в течение урока. Учащиеся должны получить шанс проанализировать и оценить выступление со стандартными позициями, со стороны атаки и защиты.	Представьте учащимся поэкспериментировать с рядом стандартных ситуаций с различных позиций на площадке, футбольном поле, корте в различных командных играх. Рассмотрите тактику и стратегию, использованную в игре вовремя и после урока. Спросите: какая стратегия является наиболее эффективной, чтобы обойти противника в этой стандартной позиции на площадке, корте, футбольном поле?	Футбольные мячи, а также конусы/маркеры, для разметки пространства игрового поля. Оборудование, необходимое для выбранного сценария игры. Ссылка на тактику команды на футбольном поле: https://www.youtube.com/watch?v=dae6H8f1t7Q
		(Г, И, Ф) «Игра в квадрат». Класс разделить на команды. Каждый игрок становился в свою четверть квадрата. Сначала мяч просто бросают в центр. На	Контролируйте точность удара мяча. Если мяч не попадает в четверть соперника — игроку-подающему засчитывается 1 очко («аут»). Если мяч	Большое, свободное пространство для каждого задания. Свисток, футбольные

smk-edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
		чью сторону мяч из центра укатился — тому и начинать. Ведущий кидает мяч по диагонали так, чтобы он ударился в «свою» четверть квадрата и отскочил в «чужую». Игрок должен отбить мяч после одного касания о землю в его четверти. Отбивать мяч нужно ногами, коленом, головой — руками трогать нельзя. После набора хотя бы одним игроком 5 очков (а потом 10 и 15) игроки менялись четвертинками Квадрата, чтобы никто не привыкал к своему месту. Игра считается оконченной, когда хотя бы один игрок набрал 20 очков. Тот, кто в этот момент набрал меньше всех очков, считается победителем.	ударяется о четверть противника более 1 раза — принимающему игроку засчитывается очко. Если мяч после отбивания попал за пределы площадки — отбивающему засчитывался «аут». Спросите: Какие специфические двигательные действия выполняли в данном задании? Какую тактику вы использовали бы, чтобы перехватить мяч?	мячи, мел. Ссылка на подвижные игры в футбол: https://www.youtube.com/watch?v=v7h6e7uY0IA
1.2. Создавать и применять комбинации движений и их последовательность в различных видах физических упражнений	9.1.2.1 обосновывать и применять комбинации движений и их последовательность в широком диапазоне упражнений на достаточном техническо	**Совершенствование навыков ориентирования в игровом пространстве**		
		(Г, Ф) Класс разделить на группы. Учащиеся работают в группе (2 против 2) с одним мячом. Цель одной команды – путём передачи и передвижения по площадке с мячом и без мяча, сохранить контроль над мячом. Игроки противника должны попытаться перехватить мяч. Когда учащиеся делают определенное количество передачи без перехватов игроками противника, то считается, что «гол» забит. Команды, которые перехватили передачу, затем становятся «атакующей» командой и пробуют	Учащиеся могут быть ограничены в своих движениях (например, они не могут двигаться по площадке, если у них есть мяч). Или количество касаний в секунду, которые у них есть для мяча (т.е. по мячу позволено касаться только три раза, перед тем как будет выполнен пас или позволено держать мяч только три секунды). Игра может быть усложнена, чтобы подходить уровню способностей группы (например: 1 человек против 2 или 2 против 1). Спросите: как вы можете работать вместе	Большое, чистое пространство для каждого вида деятельности Свисток, мячи, конусы. Ссылка на завершение атаки: http://aradevich.blogspot.com/2013/05/udary-po-vorotam-1v1-2v1-2v2.html

smk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
	м уровне	выполнить пасы, чтобы забить гол.	более эффективно как команда, чтобы предотвратить получение мяча, стороной противника, используя пространство? Какие действия вы можете улучшить, чтобы быстрее перехватить мяч у соперника?	
		(К, П, Ф) «Точный пас». Класс надо разделить на пары. На площадке обозначают прямоугольник 20х15м (или квадрат 15х15м). На середине боковых линий стойками (конусами, фишками) обозначают ворота шириной 1,5 м. На лицевых линиях в противоположных углах прямоугольника квадрата располагаются два игрока. Один из игроков ведёт мяч к дальнему от себя углу и оттуда, не снижая скорости бега, стремится выполнить передачу партнёру так, чтобы мяч прошёл точно между стойками. Партнёр повторяет то же задание на противоположной стороне. Выполнив передачу мяча, каждый игрок быстро возвращается на исходное положение и т. д. Побеждает тот, кто первым выполнит 10 точных попаданий в обозначенные ворота.	Обратите внимание на то, чтобы двигательные действия выполнялись более быстро (ведение и передача мяча), можно провести игру в виде соревнования между командами. Спросите: Как вы можете улучшить передачу мяча своему партнеру?	Большое, чистое пространство для каждого вида деятельности Свисток, мячи, конусы. Ссылка на школу футбола: https://www.youtube.com/watch?v=PvY7PF9x4Qo
2.4. Оценивать правила и структурные	9.2.4.1 оценивать и сопоставлять правила и	**(Г, К, Ф)** Класс разделить на группы. Учащиеся работают в маленьких «позиционных» группах (защитники, полузащитники и нападающие), чтобы	Акцентируйте внимание на необходимости общения в рамках конкретной игровой позиции (т.е. среди защитников) и с большим количеством	Большое, свободное пространство для каждого задания. Ссылка на игру:

smk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
приемы для оптимизации и деятельности и разработки альтернатив в рамках физических упражнений	структурные приемы для оптимизации и деятельности и разработки альтернатив в рамках физических упражнений	адаптироваться к специальным ролям на позициях. Три игрока играют в качестве защитников против трех нападающих игроков. Защитники играют вместе, общаясь и выбирая позиции, чтобы перехватить мяч у нападающих. Та же практика может быть использована для позиционной игры нападающих или полузащитников. Игроки меняют позиции, на которых они играют, чтобы поучаствовать в ряде ролей: защитник/нападающий, центральный/ круговой и т.д.	членов команды. Попросите группы пересмотреть свою позиционную игру (в качестве защитников и в качестве атакующих и других). Спросите: насколько эффективной была ваша позиционная игра при защите/атаке? Какие альтернативы могут улучшить игру?	http://aradevich.blogspot.com/2013/05/7-7.html .
		(К, И, Ф) «Передача мячей по кругу». Класс разделить на команды. В центре площадки очерчивают круг диаметром 12-16м. Игроки становятся по кругу и рассчитываются на 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 часовой стрелки. Победителем становится команда, которой удаётся первой закончить передачу мячей.	Объяснить учащимся, что необходимо соблюдать технику безопасности во время игры; Контролировать выполнение разученных действий с мячом, сочетать передачу мяча. Спросите: Какие тактики и стратегии вы использовали в данной игре? Какую тактику вы использовали чтобы стать победителем?	Большое игровое пространство. Мячи футбольные, свисток. Ссылка на игры с элементами футбола: http://www.igraza.ru/page-3-1-8.html
1.5. Применять и оценивать	9.1.5.1 создавать, анализирова	**Индивидуальные, групповые, командные тактические действия**		
		(К, Г, И, Ф) Класс разделить на группы.	После проведения разработанной игры,	Большое, свободное

smk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
тактики, стратегии и структурные идеи в ряде физических упражнений	ть, сравнивать и сопоставлять различные тактики, стратегии и композиционные идеи в широком диапазоне физических упражнений	Учащиеся работают в малых командах и создают «новую» командную игру. Игра должна иметь четкие правила и быть безопасной. Ряд оборудования должен быть доступен выбору учащихся. Учащиеся должны научить игре оставшуюся часть группы и дать возможность поиграть в нее. После того как игра была придумана, акцент урока должен быть на выработке учащимися тактики, принципов и стратегии для успешного выступления в новой командной игре.	можно усложнить игру, или изменить правила тактики и стратегии игры. Спросите: Какую стратегию и тактику вы разработали для нападающей/защищающей игры? В чем сильные, а в чем слабые стороны новой командной игры? Как может быть улучшена командная игра? Какую роль вы играли?	пространство для каждого задания. Свисток, футбольные мячи, конусы, манишки.
		(К, Г, И) «Эстафета с элементами футбола». Играющие делятся на две команды и выстраиваются в колонне по одному за средней линией, каждая лицом к противоположным воротам. 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.	Следите за техникой безопасности при выполнении удара мячом по воротам. 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, футбольные мячи, свисток. Ссылка на подвижные игры с мячом: https://summercamp.ru/Подвижные_игры_с_мячом
2.8. Исполнять	9.2.8.1 оценивать и	**Разработка в группе занимательных игр**		

smk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
роли, обусловленные различными контекстами движений, и осознавать их различия	адаптировать различные роли, обусловленные контекстами движений	**(К, Г, Ф)** Класс разделить на группы. В группах по 6-8 учащиеся разрабатывают свои собственные игры в команде с использованием оборудования по их собственному выбору. Они пробуют эту деятельность в группе, а затем обучают этому другую группу. Каждая группа дает комментарии относительно того, как деятельность помогла им развивать навыки работы в команде и в повышении эффективности общих инструкций и контроля в игре. Учащиеся затем пересматривают их совместную деятельность на основе данных комментариев.	Проследите и оцените совместную работу и лидерские навыки между учащимися, во время обсуждения и разработки их деятельности. Предложите необходимую поддержку. Поощряйте учащихся к творчеству с использованием оборудования и с его использованием не традиционными способами. Проведите обзор определенной инновационной деятельности, используя модель учащихся и объясните ее. Спросите: какие изменения вы лично внесли в предложенную группой игру?	Большое свободное пространство для каждого вида деятельности. Разные мячи для командных игр, конусы. Оборудование необходимое для каждой группы.
		(К, Г, Д, Ф) «Передачи мяча капитану». Класс разделить на команды. В игре участвуют две команды, каждая из которых выбирает своего капитана, получает футбольный мяч и становится в круг на отведённой ей половине площадки, разомкнувшись на вытянутые руки и поставив капитана с мячом в центр. По сигналу капитаны обеих команд начинают футбольные передачи мяча (туда и обратно) по очереди каждому из игроков своего круга. Если в ходе этого из-за какой-нибудь технической ошибки мяч теряется, то его подбирает виновный в этом игрок и игра продолжается дальше. Выигрывает	Акцентируйте внимание на то, чтобы все игроки в круге сыграли с капитаном, после того как сыграно, тот ловит мяч и поднимает его над головой. Команда, выполнившая это быстрее, получает выигрышное очко. Игра повторяется три раза. Спросите: Как можно оценить действие капитана в этой игре?	Большое, свободное пространство для каждого задания. Свисток, футбольные мячи, мел. Ссылка на подвижные игры с элементами футбола: https://infourok.ru/podvizhnie-igri-s-elementami-futbola-1461767.html

smk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
		команда, набравшая большее количество очков.		
1.6. Развивать навыки преодоления трудностей и реагирования на риски, связанные с двигательной активностью	9.1.6.1 оценивать навыки преодоления трудностей и реагирования на риски, связанные с двигательной активностью	**(Г, Э, Ф)** Класс разделить на группы. Учащиеся работают в группах, практикуя игру в атаке и защите в «неравных» составах. Игроки принимают участие в командных играх только с несколькими дополнительными игроками в атакующей или защищающейся команде, чтобы создавать определённые трудности в игре (т.е. 2 против 1, 3 против 2, 5 против 3 и т.д.). Каждая команда «атакует» защищающую команду. Команды меняют защищающую или атакующую позицию после пяти попыток и затем повторяют игру. Значимость численного преимущества, и какая команда имеет «дополнительного» игрока будет зависеть от цели урока (т.е. принципы атаки, принципы защиты и оба принципа).	«Нагнетающие» ситуации относятся к командным играм, где в одной команде игроков больше, чем в другой. Игра в неравных составах даёт командам возможность изменять тактику игры и в нападении и защите. Учащиеся экспериментируют с преимуществами и недостатками численного преимущества. Спросите: Как вы можете улучшить тактику защиты с наименьшим количеством игроков? Какой тип стратегии может использовать команда, имеющая численное преимущество для улучшения игры?	Большое, свободное пространство. Футбольные мячи, конусы/маркеры. Ссылка на тактику игры https://www.youtube.com/watch?v=w6kg1ZBvJjg
		(К, Г, Д, Ф) «Параллельный слалом со спринтом». Класс разделить на две группы. Игроки построены в две колонны за общей линией старта. На дистанции «змейкой» установлены по 10 стоек (конусов) на расстоянии 3—4 м одна от другой и затем еще по одной на расстоянии 10 м от последней стойки. По сигналу два игрока зигзагами обводят 10 стоек, пробегают с мячом до последней	Проследить, чтобы учащиеся не нарушали правила игры. При ведении мяча, если участник собьет стойку, он должен поставить ее на место и продолжить движение дальше. Вариант: Во второй попытке игроки меняются местами. «Скоростное ведение мяча по треугольнику». На площадке обозначают два равносторонних треугольника на расстоянии 10 м друг от	Большое, свободное пространство для каждого задания. Свисток, футбольные мячи, конусы. Ссылка на подвижные игры с элементами футбола: https://www.youtube.com/watch?v=1dnahWSPCRM

smk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
		стойки, разворачиваются и продолжают прямолинейное скоростное ведение мяча в обратном направлении. Побеждает тот, кто первым пересечёт линию старта-финиша.	друга. Спросите: Кто из двух игроков первым закончит ведение мяча, пройдя два раза вокруг своего треугольника?	https://www.youtube.com/watch?v=bSJ8bvuWarw

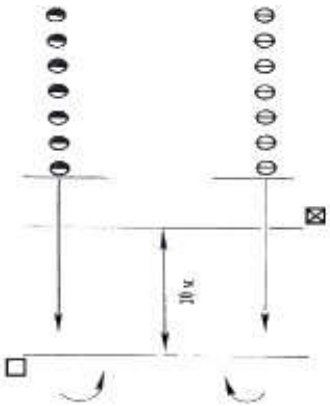
smk.edu.kz

Физическая культура. Основная школа. 9 класс		
Раздел 8: Здоровье и фитнес через двигательную активность		
Рекомендуемые предварительные знания		
Ожидается, что учащиеся будут иметь опыт занятий легкой атлетикой, знать важность здорового образа жизни и иметь соответствующие навыки, приобретенные в предыдущих классах и во внеурочной деятельности		
Контекст		
В этом разделе, учащиеся развивают свои общие легкоатлетические навыки посредством совместных и соревновательных упражнений. Они рассматривают основные понятия здоровья и фитнеса, применяя их непосредственно при выполнении физических упражнений		
Языковая цель обучения данного раздела **Пример** языковой цели обучения с соответствующей академической/школьной терминологией приведен ниже, для содействия учащимся достичь цели изучения предмета данного раздела.		
Языковая цель обучения	**Предметная лексика и терминология**	**Полезные фразы для диалога**
Учащиеся могут: • описать, обсудить и продемонстрировать свое понимание здоровья и фитнеса в контексте легкой атлетике.	*Включает:* • стайер, бег трусцой, ходьба • компоненты фитнеса: сила, скорость, выносливость, гибкость • расчетное время, фактическое время • шаг, движение ног • физические изменения: ритм сердца / дыхания, температура тела, потливость • ритм интенсивности: низкий, средний, энергичный • плотность костей, суставов • преимущества физической активности: социальные, ментальные, физические • динамичный разогрев, восстановление.	*Вопросы для обсуждения:* • Насколько важно задавать ритм на средней или длинной дистанции? • Как бег на разных дистанциях в разное время влияет на наш организм? • Каким образом физические нагрузки могут принести вам пользу в вашем возрасте? • Почему контроль веса важен в вашем возрасте? (Улучшает плотность костной ткани, укрепляет суставы). • Что произойдет, если мы выполняем слишком много силовых тренировок? • Можете ли вы сказать, почему должен соблюдаться баланс компонентов фитнеса, во время тренировки?
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		
В данном разделе, рассматриваются и совершенствуются навыки выбора темпа бега, при этом учащиеся оценивают, измеряют и сравнивают беговые достижения. Создают динамические разминки и упражнения по восстановлению, оценивая свою и чужую работу в рамках учебного процесса. Большой акцент уделяется компонентам здоровья и фитнеса, при этом задания направлены на вовлечение учащихся в размышление, обсуждение и активное участие.		

smk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
3.3. Изучение и испытание на практике упражнений различной физической нагрузки, их влияние и связь с энергетической системой организма	9.3.3.1.Объяснять и описывать деятельность энергетической системы и её связь с упражнениями различной физической нагрузки	**Создание комплекса разминки и восстановления для разных групп мышц**		
		(Г, Д, Ф) Учащиеся делятся на несколько групп и работают по станциям: Станция № 1 – учащиеся разрабатывают комплекс разминочных упражнений на плечевой пояс, грудной и поясничный отделы позвоночника для подготовки организма к бегу на короткие дистанции. Станция № 2 – учащиеся разрабатывают комплекс разминочных упражнений на тазобедренные, коленные и голеностопные суставы для подготовки организма к бегу на короткие дистанции. Станция № 3 – учащиеся разрабатывают комплекс упражнений для восстановления (расслабить мышцы, сделать легкую растяжку, уделив внимание икроножным мышцам, передней и задней поверхностям бедра, а также длинным разгибателям позвоночника). Затем каждая станция демонстрируют свои разработанные комплексы упражнений для спринтерского бега и выполняют вместе с остальными учащимися. После разминки учащиеся обсуждают влияние упражнений различной физической нагрузки на энергетическую систему организма.	Нужно обратить внимание учащихся, что разминка – обязательный комплекс упражнений, которым не стоит пренебрегать перед основной частью урока. Разминка перед бегом нужна, чтобы подготовить к нагрузкам мышцы, суставы, сердечно-сосудистую и дыхательную системы. Спросите: Для чего нужна разминка перед бегом? Какого уровня интенсивности должна быть техника восстановления?	Большое свободное пространство, необходимый инвентарь для каждого вида деятельности. Ссылка на разминку перед бегом: https://beguza.ru/razminka-pered-begom/

smk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
		(Г, Д) Соревнования с элементами спринтерского бега. Участники команд 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.  По первому сигналу участники должны начинать бег, по второму — ускорение до указанного места. Победитель забега приносит команде 2 очка. Побеждает команда, набравшая большее количество очков.	В данном задании необходимо формировать навыки выполнения ускорения в различных условиях. 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. Обратите внимание учащихся на соблюдение правил техники безопасности.	Большое свободное пространство, необходимый инвентарь для каждого вида деятельности. Свисток.
1.3 Комбиниров	9.1.3.1 комбиниров	**Развитие навыков стайерского бега**		
		(К, П, Ф) Класс разделить на пары. В парах	Учащимся следует дать общую	Большое, свободное

sr.mecu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
ать навыки и последовательность движений при выполнении спортивно-специфических техник	ать навыки и последовательности движений при выполнении спортивно-специфических техник	учащиеся бегут 1-3 км дистанцию. Чередование скорости происходит по времени. Например, 2 минуты быстрым бегом, 4 минут – медленным и далее на увеличение. **(К, Г, Ф)** Учащиеся в малых группах бегут 800м. При беге учащимся нужно научиться подбирать тот темп бега, который будет оптимальным на всю дистанцию.	информацию о стайерском беге. Учащиеся должны развить навыки техники бега на длинные дистанции. Нужно обратить внимание на дыхание и пульс Спросите: какие разновидности легкоатлетического бега вы знаете? Данное упражнение улучшает выносливость и общий тонус организма у учащихся. По желанию: увеличьте расстояние для бега, чтобы учащиеся повышали выносливость, а также технику бега на длинные дистанции. Отмечайте тех, кто старался, кто не правильно распределил свои силы, кто бежал медленно. Спросите: какие качества необходимы для бега? Какое влияние беговые упражнения оказывают на ваше здоровье?	пространство для каждого вида деятельности. Свисток, секундомер. Ссылка на подготовку бегунов на средние и длинные дистанции: http://bibliofond.ru/view.aspx?id=669246 Большое, свободное пространство для каждого вида деятельности. Свисток, секундомер. Ссылка на развитие выносливости: http://fb.ru/article/287300/krossovaya-podgotovka-znachenie-uprajneniya
2.5.Критическое оценивание собственных творческих способностей и способностей других, а также	9.2.5.1.Оценивать и анализировать собственные творческие способности и способности других, а также	**Развитие навыков прыжка и метаний**		
		(К, П, Ф) Подводящие упражнения для тройного прыжка. 1.Учащиеся бегают по площадке, и когда раздается свисток, они подпрыгивают и встают на одну из ног. Они повторяют это до тех пор, пока не определят, какая нога толчковая. 2.От ходьбы они переходят к подскоку, а затем к шагу: шаг одной ногой, затем подскок	Учащиеся оценивают и предоставляют обратную связь касательно собственных творческих способностей и способностей других при выполнении данного задания. По окончании задания «прыжок в длину» учащиеся оценивают сильные стороны и недостатки друг друга, которые имелись при выполнении прыжка в длину. Также они обсуждают, как прыжок в длину	Специальная игровая площадка, спортивный зал. Ссылка на развитие прыгучести: https://infourok.ru/kompleks-uprazhneniy-dlya-razvitiya-priguchesti-detey-mladshego-

emk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
предложение альтернативных решений	предлагать альтернативные решения	на этой же ноге, шаг другой ногой. 3.Затем они делают подскок правой ногой, шаг левой ногой и прыжок на обе ноги (движение выполняется с рабочей ноги). Они соревнуются с партнером и проверяют, кто прыгнет дальше в тройном прыжке, разбежавшись не больше чем на 6-8 шагов. У каждого пять попыток, чтобы сделать лучше прыжок. Партнер, который наблюдает, отмечает прыжки партнера мелом. **(Г, К, Ф) «Бегуны и прыгуны».** Играющие делятся на две команды. Одна – «прыгуны», а другая – «бегуны». Прыгуны встают по периметру квадрата, а бегуны в центре квадрата. По сигналу бегуны начинают бегать по квадрату, а один из прыгунов впрыгивает в квадрат, и, прыгая на одной ноге, за 15 сек. пытается осалить как можно больше бегунов. По истечению времени звучит сигнал, и прыгун возвращается в команду, а его место занимает другой прыгун. Игра продолжается до тех пор, пока все прыгуны не пройдут квадрат. Тогда команды меняются местами. Побеждает команда, сумевшая набрать большее количество очков, полученных за каждого осаленного игрока. Предложите учащимся придумать альтернативные варианты перемещений команды «прыгунов». Предложите учащимся оценить предложенные ими перемещения.	может помочь улучшить их общее физическое состояние. Спросите: Во время данного двигательного действия соблюдалась ли техника безопасности? Заранее оговорите правила: прыгать только на одной ноге, менять ногу нельзя. Спросите, какой способ прыжков оказался результативным и легким?	shkolnogo-vozrasta-1938945.html Большое свободное пространство. Ссылка на игры, связанные с прыжками https://infourok.ru/igri-svyazannie-s-prizhkami-v-visotu-i-dlinu-472658.html

smk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
3.4.Разработка и применение стратегий управления рисками в ряде физических нагрузок, направленных на укрепление здоровья	9.3.4.1.Понимать и детально описывать сложные вопросы здоровья, техники безопасности, а также способы снижения потенциальных угроз к здоровью	**(К, Г)** Водящий, стоя в середине круга, вращает веревку с мешочком так, чтобы мешочек, скользя по полу, пролетал под ногами учащихся. Участники, внимательно наблюдая за движением мешочка, подпрыгивают, чтобы не быть выбиты. Тот, кто заденет мешочек, или веревку, настолько сильно, что вращение прекратится, выбывает из игры, а водящий, раскручивая веревку снова, продолжает игру. Если играющий задевает мешочек, или веревку, слегка, не останавливая ее вращение, то он не выбывает и игра продолжается. Победителем является тот игрок, кто остался не выбитым. Отходить от своего места за пределы вращающейся веревки не разрешается. Тот, кто нарушит это правило, считается выбитым.	Представленная игра на развитие прыгучести, ловкости и прыжковой выносливости может, проводится как командная. Для этого, занимающиеся перед началом игры делятся на две, или более команды, а затем, все вместе, становятся в круг. Побеждает та команда, чей игрок остался не осаленным.	Большое, свободное пространство. Веревка, мешочек.
		(К, Г, Ф) Учащиеся делятся на две команды. Команды строятся за линией метания, у каждого участника по мячу. На расстоянии 6—8 м от линии метания перед командами лежат обручи. По сигналу участники команд поочередно бросают свой мяч, стараясь попасть им в обруч. Выигрывает команда, поразившая мишень большее число раз.	Перед всеми бросками, учащимся необходимо подождать указаний учителя, затем бросить и собрать. Спросите, зачем нам необходимы строгие правила в упражнениях на броски?	Большое свободное пространство. Мячи для метания, обручи.
3.1.Формирование знаний о личном здоровье и	9.3.1.1.Демонстрировать на собственном примере	**Укрепление здоровья через двигательные способности**		
		(К, Ф) С помощью флажков размечается круг диаметром 9-12 м и на нём проводится линия старта - финиша.	Игра начинается по сигналу учителя. Бегать разрешается только по внешней части круга. Участники могут бежать с	Большое игровое пространство. Флажки, свисток.

emk.edu.kz

Ссылка на учебную программу	Цели обучения	Рекомендуемые виды деятельности на уроке	Заметки по методике	Учебные ресурсы
здоровом образе жизни	влияние здорового образа жизни на здоровье	По сигналу все участники игры одновременно начинают бег по внешней стороне круга против часовой стрелки. После каждого круга (или двух кругов) из игры выбывает участник, который последним пересёк контрольную линию старта. Постепенно менее выносливые отсеиваются. Победителем объявляется тот, кто останется лидером, т.е. самый выносливый и быстрый игрок. **(К, Г, Ф)** В группах учащиеся составляют новые идеи тренировки по бегу, прыжкам и метаниям. Они делятся этой идеей с другой группой, которая выражает собственное мнение относительно ее содержания.	набивным мячом, надеть пояса с отягощением, рюкзаки с грузом. Спросите: какие физические качества развивает данная игра? Спросите: почему важно развивать все компоненты фитнеса на тренировке по легкой атлетике? Вы можете сказать, почему важно развивать доминирующие и не доминирующие мышцы рук во время бросков? Можете ли вы сказать, почему должен соблюдаться баланс компонентов фитнеса, во время тренировки?	Ссылка на подвижные игры для 10-11 классов http://www.fizkult-ura.ru/node/32395 Большое игровое пространство. Ссылка на двигательную активность, как фактор, укрепляющий здоровье: http://immunoprofi.ru/profilaktika/dvigatelnaya-aktivnost-i-ukreplyayushhie-zdorove.html

smk.edu.kz

Краткосрочный план

Перед началом, обратитесь к своему среднесрочному плану. Ваши планы урока должны быть разработаны в соответствии с ним, с внесением необходимых корректировок в свете последнего преподавания и обучения.

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**

smk.edu.kz

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.***	
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*	*Используйте данный раздел для размышлений об уроке. Ответьте на самые важные вопросы о Вашем уроке из левой колонки.*	

smk.edu.kz

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?*	

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