

## Конспект урока № 43

Учитель МБОУ «СОШ №27» Мартынова Светлана Георгиевна

Предмет физическая культура Класс 7

Тема урока Гимнастическая полоса препятствий с элементами акробатики

Задачи урока:

### I Образовательные:

1. Совершенствовать технику выполнения комплекса ОРУ с мячом (при музыкальном сопровождении).
2. Совершенствовать технику выполнения строевых упражнений:  
Перестроение: из колонны по одному в колонну по два дроблением и сведением.  
Перестроение: из колонны по два в колонну по одному разведением и слиянием.
3. Совершенствовать технику выполнения силовых, акробатических упражнений (группировка, перекувырки назад - вперед, кувырки), упражнений в переползании, навыков прыжков со скакалкой **в ходе преодоления гимнастической полосы препятствий с элементами акробатики.**

### II Оздоровительные и развивающие:

1. Формировать правильную осанку, правильное дыхание.
2. Развивать основные двигательные качества и способности: ловкость, гибкость, силу, быстроту и выносливость.
3. Формировать устойчивость функциональных систем к преодолению нагрузки.

### III Воспитательные:

1-4. Воспитывать дисциплинированность и организованность, смелость и решительность, чувство товарищества и взаимопомощи, чувство красоты движения.

**Время проведения:** 16.00 – 16.40

**Дата:** 17.12.2014 года

**Место проведения:** спортивный зал школы №27.

**Инвентарь:** гимнастические маты, скакалки, волейбольные мячи, магнитофон, кассета, свисток, карточки.

**Предполагаемое количество учащихся:** 19 чел. – 8 м.+11 д.

<b>Части урока, частные задачи и их содержание</b>	<b>Дози - ровка</b>	<b>Организационно – методические указания</b>
--	---------------------	---

<p><b><u>I Подготовительная часть</u></b></p> <p><i>Организовать учащихся, сконцентрировать их внимание.</i></p> <p>1. Построение, сообщение задач урока.</p> <p><i>Воспитывать дисциплинированность, организованность, формировать правильную и красивую осанку, навыки коллективных действий, развивать</i></p>	<p>13 мин.</p> <p>1 мин. 20 сек.</p>	<p>« В одну шеренгу – становись!»</p> <p>«Равнение по носкам!» (носки ног находятся на одной линии; носки развернуть на ширину ступни)</p> <p>Обратить внимание на внешний вид и дисциплину учащихся.</p> <p>«Класс! Равняйся!» (правофланговый стоит в положении «смирно») «Смирно! По порядку – рассчитайсь!»</p> <p>(правофланговый поворачивает голову влево и говорит соседу: «Первый». Последний в шеренге, назвав свой номер, делает шаг вперед и говорит: «Расчет окончен!») «Здравствуйте, ученики 7в класса!»</p> <p>«Здраст!»</p> <p>Тема урока.... (называю). Наша цель...(ученики пытаются сформулировать цель урока : «Преодолеть г/полосу препятствий»). «И мы увидим: кто из нас ловкий, гибкий, сильный, выносливый и быстрый»</p> <p>Сегодня вы будете «оценивать» себя сами, мои помощники (освобожденные) будут судьями. Раздать помощникам протоколы для заполнения и критерии оценивания. Каждый из «освобожденных» выбирает этап, на котором будет судьей.</p> <p>Метод ведения урока – фронтальный.</p> <p>Методы совершенствования: распоряжения и команды, указания.</p>
---	--------------------------------------	--

<p><i>чувство ритма и темпа движений, способности соразмерять их по времени и в пространстве, регулировать эмоциональный настрой занимающихся. Постепенно и умеренно разогревать мышцы.</i></p>		
<p>1. Движение шагом.</p>	<p>15 сек.</p>	<p>«Класс! Напра – во! Налеву в обход шагом - марш!». Задать темп движения. Дистанция 2 шага.</p>
<p>2. Перестроение: из колонны по одному в колонну по два дроблением и сведением.</p>	<p>30 сек.</p>	<p>«Через центр марш!» «Налеву и направо в обход по одному, марш!» Первый идет налево в обход, второй – направо, третий – налево и т. д. «В колонну по два, через центр марш!»</p>
<p>3. Перестроение: из колонны по два в колонну по одному разведением и слиянием.</p>	<p>30 сек.</p>	<p>«Налеву и направо в обход по одному, марш!» (команда на разведение) «Через центр в колонну по одному марш!» (команда на слияние) «Класс! Налеву в обход по одному, марш!»</p>
<p>4. Движение бегом.</p>	<p>1 мин.</p>	<p>«Бегом марш!» дистанция – 2 шага.</p>
<p>5. Движение шагом.</p>	<p>30 сек.</p>	<p>«Класс! Шагом – марш!» . «Спина прямая, подбородок</p>

<p>6. Перестроение из колонны по одному в колонну по три последовательными поворотами в движении.</p> <p><i>Сформировать готовность организма к выполнению учебной работы в основной части урока.</i></p>	<p>20 сек.</p>	<p>приподнят» Задать темп движения. Восстановить дыхание.</p> <p>«В колонну по три, налево - марш!» Интервал-2 шага, дистанция – 4 шага Направляющий на месте! Класс – стой! Кругом!».</p>
<p>1. Комплекс ОРУ с волейбольным мячом №1</p>	<p>6 -7 мин.</p>	<p>Проводить фронтальным методом с музыкальным сопровождением. Все движения выполняют с левой ноги, с левой руки, в левую сторону.</p>
<p>I И. п. - стойка ноги врозь, мяч в руках внизу. 1 - 2 - поднимаясь на носки, руки вверх, прогнуться (вдох); 3 - 4 - вернуться в и. п. (выдох).</p>	<p>4 раза</p>	<p>Метод совершенствования: по показу и указанию. Спину держать прямо.</p>
<p>II И. п. - стойка ноги врозь, мяч в руках внизу. 1 – поворот головой влево; 2 - поворот головой вправо;</p>	<p>3 раза</p>	<p>По показу, команде и указанию.</p>

<p>3 - наклон головой влево; 4 – И.п. 5 – поворот головой вправо; 6 - поворот головой влево; 7 – наклон головой вправо; 8 – И.п.</p>		<p>Плечи не поднимаем!</p>
<p>III И. п. - стойка ноги врозь, мяч в руках внизу. 1 - 4 – круговое движение головой влево; 5 - 8 – круговое движение головой вправо;</p>	<p>4 раза</p>	<p>По показу и команде.</p>
<p>IV И. п. - стойка ноги врозь, мяч в руках вверху. 1 – завести руки за левое плечо; 2 - И.п. 3 - завести руки за правое плечо; 4 – И.п. 5-8 – полуприсед, «нарисовать» руками цифру восемь.</p>	<p>4 раза</p>	<p>По показу и команде.</p>
<p>V И. п.— стойка ноги врозь, прямые руки с мячом вперед. 1 - поворот туловища налево; 2 - и. п.; 3 - 4 - то же в правую сторону.</p>	<p>4 раза</p>	<p>По показу, команде и указанию</p> <p>При поворотах плечевой пояс закрепить, ноги с места не сдвигать. Дыхание равномерное.</p>

<p>VI И. п. — стойка ноги вместе, мяч вверху;  1 - левую ногу в сторону на носок, наклон влево;  2 - И. п.;  3 - 4 - то же в правую сторону.</p>	<p>4 раза в каждой ногой</p>	<p>По показу, команде и указанию  При наклоне — выдох, при выпрямлении— вдох.</p>
<p>VII И. п. – стойка ноги врозь, мяч вверху.  1 - наклон вперед, положить мяч на пол – выдох;  2 – выпрямиться, руки вверх - вдох;  3 – наклон вперед, взять мяч – выдох;  4 – выпрямиться, мяч вверх – вдох.</p>	<p>4 раза в каждой ногой</p>	<p>По показу, команде и указанию.  Счёт вести медленно, ноги прямые. Выпрямившись, грудь подать вперед.</p>
<p>VIII И. п. – стойка ноги врозь, руки в стороны, мяч в левой руке.  1 – поднять согнутую в колене левую ногу, передать мяч под коленом в правую руку – выдох;  2 – и. п. – мяч в правой руке – вдох.  3- поднять согнутую в колене правую ногу, передать мяч под</p>	<p>4 раза</p>	<p>По показу, команде и указанию.  «Опорную ногу не сгибать»</p>

<p>коленом в левую руку – выдох; 4 – и. п. – мяч в левой руке – вдох.</p> <p>IX И. п. – стойка ноги врозь, руки в стороны, мяч в левой руке. 1 – мах левой ногой вперёд – вверх, передать мяч под коленом в правую руку – выдох; 2 – опустить ногу, руки в стороны, мяч в правой руке – вдох. 3 – мах правой ногой вперёд – вверх, передать мяч под коленом в левую руку – выдох; 4 – опустить ногу, руки в стороны, мяч в левой руке – вдох.</p>	<p>4 раза</p>	<p>По показу, команде и указанию.</p> <p>«Выше мах!»</p> <p>По показу, команде и указанию.</p>
<p>X И. п. – узкая стойка ноги врозь, прямые руки с мячом вперед. 1-2 - развести руки, выпустить мяч, быстро присесть и, не давая мячу упасть на пол, поймать его двумя руками внизу; 3-4 – вернуться в и.п.</p>	<p>2 раза</p>	<p>«Мяч не должен коснуться пола»</p> <p>По показу, команде и указанию.</p>
<p>XI И. п. – узкая стойка ноги врозь, прямые руки с мячом вперед. 1-4 – сед, руки с мячом вперед; 5-8 – встать, не касаясь руками и мячом пола.</p>	<p>8 раз</p>	<p>По показу, рассказу и команде.</p>



<p>ХII И. п. – основная стойка, мяч в руках внизу.</p> <p>1- прыжок - ноги врозь, согнутые вперед руки с мячом на уровне пояса;</p> <p>2 - прыжок - ноги соединить, согнутые вперед руки с мячом на уровне плеч;</p> <p>3 - прыжок - ноги врозь, руки с мячом вверх;</p> <p>4 - прыжок - ноги соединить, руки с мячом вниз.</p>	<p>4 раза</p>	<p>Обратить внимание на согласованность движений рук и ног.</p> <p>По команде и указанию.</p> <p>Туловище удерживаем прямо.</p>
<p>ХIII И. п. – упор присев, мяч на полу впереди;</p> <p>1 – упор лежа, мяч на полу впереди;</p> <p>2 – И.п.</p> <p>3 – упор лежа, мяч на полу впереди;</p> <p>4 – И.п.</p>		
<p>ХIV И. п. – основная стойка, мяч в руках внизу.</p> <p>1 - согнутую в колене левую ногу - на носок, согнутые в локтях руки с мячом влево;</p> <p>2 - согнутую в колене правую ногу - на носок, согнутые в локтях руки с</p>	<p>4 раза</p>	<p>Танцевальное упражнение.</p> <p>По показу, команде и указанию.</p> <p>Развернуть стопы.</p>

<p>мячом вправо;  3 - согнутую в колене левую ногу  - на носок, согнутые в локтях руки с мячом влево;  4 - согнутую в колене правую ногу  - на носок, согнутые в локтях руки с мячом вправо;  5 – развернуть стопы носками внутрь, мяч в руках внизу;  6 – И.п.  7 - развернуть стопы носками внутрь, мяч в руках внизу;  8- И.п.</p> <p>XV И. п. - стойка ноги врозь, мяч в руках внизу.  1 - 2 - поднимаясь на носки, руки вверх, прогнуться (вдох);  3 - 4 - вернуться в и. п. (выдох).</p>	<p>4 раза</p>	<p>По показу, команде и указанию.</p> <p>Спину держать прямо.</p> <p>«Освобожденные» оценивают выполнение учащимися ОРУ и в конце ставят оценку. Критерии:</p> <p>«5» - выполнение правильное, свободное, эмоциональное, в такт с музыкой;</p> <p>«4» - не все упражнения выполнялись правильно, не всегда под такт музыки;</p>
--	---------------	---

<p>2.Перестроение и построение по отделениям</p> <p><i>Сформировать благоприятное психическое и эмоциональное состояние учащихся для решения задач основной части урока</i></p>	<p>40 сек.</p>	<p>«3» - не попадают в такт музыки, много ошибок.</p> <p>«Мышцы – разогреты! Нас ждет полоса препятствий»</p> <p>По объяснению.</p> <p>Первая шеренга – есть первое отделение;</p> <p>Вторая шеренга – второе отделение и т. д.</p> <p>5 отделений (по 3 чел.) – 5 этапов.</p> <p>По команде:</p> <p>1 отделение переходит на 1 этап</p> <p>2 отделение переходит на 2 этап</p> <p>3 - на 5 этап</p> <p>4- на 3 этап</p> <p>5- на 4 этап</p> <p>Команда: « 2,4 отделения –нале – во!»</p> <p>«3,5 отделения – напра – во!»</p> <p>«Отделения! К своему этапу шагом – марш!»</p> <p>Отделения строятся по линии разметки.</p>
---	----------------	--

<p>1. Конкретизация цели основной части урока.</p>	<p>30 сек.</p>	<p>Цель: преодолеть 5 этапов, выполнив знакомые вам упражнения:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. прыжки со скакалкой</li> <li>2. разные виды кувырков</li> <li>3. сгибание – разгибание рук в упоре лежа; сгибание – разгибание туловища, лежа на спине</li> <li>4. подтягивание из виса лежа</li> <li>5. упражнения в переползании (на вражескую территорию)</li> </ol> <p>«На каждом этапе вы будете находиться 4 минуты. За это время каждый должен заработать максимальное кол-во баллов. Чтобы заработать 3 балла, нужно выполнить 1 упражнение; за выполнение второго упражнения вы получаете еще 1 балл; за выполнение третьего упражнения (повышенной сложности) вы получаете пятый балл (на 3-4 этапах – таблицы для самооценки). Засчитываются только правильно выполненные попытки». Обратить внимание учащихся на индивидуальный контроль при выполнении упражнений (на субъективные показатели состояния организма: самочувствие, чувство утомления, усталости)</p>
<p>2. Обеспечение страховки (укладка матов)</p>	<p>30 сек.</p>	<p>По команде каждое отделение (кроме 1-го) для страховки укладывает г/маты на своем этапе, строится по линии разметки и приступает к преодолению полосы препятствий.</p>
<p><b><u>II Основная часть.</u></b></p> <p><i>Совершенствовать технику выполнения двигательных действий.</i></p>	<p>24 мин.</p>	<p>Метод ведения основной части урока: метод круговой тренировки. Метод совершенствования: соревновательный. Подготовить карточки с рисунками и последовательностью</p>

<p><b>I этап</b></p> <p>1. Прыжки через короткую скакалку на двух ногах одновременно.</p> <p>2. Прыжки через короткую скакалку с имитацией бега (2 варианта на выбор)</p> <p>А) Чередую попеременно левую и правую ноги</p> <p>Б) Прыжки с высоким подъемом коленей</p>	<p>4 мин.</p> <p>один подход по 30 (20;10) прыжков (мальчики) по 40 (30;20) прыжков (девочки)</p> <p>один подход по 30 (20;10) прыжков (мальчики) по 40 (30;20) прыжков (девочки)</p>	<p>выполнения упражнений для каждого этапа (метод применения наглядных пособий).</p> <p>Смена отделений по команде против часовой стрелки.</p> <p>Фронтально.</p> <p>Руки согнуты в локтях, ноги сведены вместе, колени слегка согнуты для поглощения удара при прыжках, отталкиваемся носками стопы. Одно подпрыгивание – один круг скакалки.</p> <p>А) По очереди заменяем ноги, с каждым кругом вращения скакалки)</p> <p>Б) По очереди заменяем ноги, поднимая при этом колени настолько высоко, насколько получится, с каждым кругом вращения скакалки).</p>
---	---	---

<p>3. Прыжки через короткую скакалку крест-накрест.</p>	<p>один подход по 20 (10;5) прыжков (мальчики) по 30 (20;10) прыжков (девочки)</p>	<p>Фронтально. Принцип заключается в том, что когда скакалка достигает своего наивысшего положения над головой, вы скрещиваете руки на уровне локтей и прыгаете в образовавшуюся петлю из скакалки перед вами. На следующий круг скакалки руки распрямляются. Получается, что первый прыжок делается крест-накрест, а второй обычный простой, потом снова крест-накрест и снова простой и.т.д.</p>
<p>Переход к следующему этапу гимнастической полосы препятствий</p>	<p>6 сек.</p>	<p>«Становись!» «Напра-во». «К следующему этапу шагом – марш!».</p>
<p><b>II этап</b></p> <p><i>Проверить умение выполнять основы техники изученных видов кувырков (проверить домашнее задание)</i></p> <p><u>Подводящее упражнение:</u></p> <p>И. п.— упор присев. 1—2 — группируясь, перекат назад до опоры затылком о мат; 3—4 — не останавливаясь и сохраняя группировку, перекат вперед в упор присев.</p>	<p>4 мин.</p> <p>5-6 раз</p>	<p>Учитель находится на этапе II. (Важно, чтобы все этапы находились в поле зрения учителя)</p> <p>Перекаты выполняются в спокойном темпе одновременно всем отделением (фронтально) по команде учителя. Затем с каждым учеником учитель работает индивидуально (проверяет умение выполнять основы техники изученных видов кувырков – Д.З. ,исправляет ошибки). Ученики выполняют упражнения поточным методом.</p>

<p>1. Кувырок вперед в группировке:</p>	<p>1-3 раза</p>	<p>Из положения — упор присев, руки на ширине плеч, на расстоянии небольшого шага от ног (30-40 см).Выпрямляя ноги и перенося тяжесть тела на руки, наклонить голову, касаясь подбородком груди; продолжая выпрямлять ноги, согнуть руки (локти ближе к туловищу), оттолкнуться носками и касаясь лопатками опоры, взяться руками за голени ( группировка); мягко перекатиться на спине (перекат начинать с касания затылком гимнастического мата) и, коснувшись ступнями пола, отпустить захват руками ног — принять положение упор присев.</p>
<p>2. Кувырок вперед из широкой стойки ноги врозь в сед, руки вверх</p>	<p>1-3 раза</p>	<p>И. п.— широкая стойка ноги врозь, с опорой руками на мат на расстоянии шага от ног медленно наклоняясь вперед и наклоня голову на грудь, согнуть руки, слегка толкаясь ногами (ноги не сгибать), касаясь мата затылком и шеей, выполнить кувырок вперед в сед, соединяя ноги и поднимая руки вверх (параллельно одна другой, отвести руки назад до отказа, ладони внутрь)</p>
<p>3. Кувырок назад в группировке</p>	<p>1-3 раза</p>	<p>Из упора присев, руки несколько впереди - тяжесть тела перенести на руки; затем, отталкиваясь руками, быстро перекатиться назад, увеличив вращающий момент за счет плотной группировки; в момент касания опоры лопатками быстро поставить руки на уровне головы ближе к плечам ладонями на мат (пальцы направить к плечам) и, опираясь на руки, перевернуться через голову (не разгибая ног) и перейти в упор присев.</p> <p>Можно заработать дополнительно 5 баллов, если выполнить упражнение 4 или 5.</p>
<p>4. Кувырок назад в группировке</p>		

4.Кувырок назад в широкую стойку ноги врозь (выполняют мальчики и девочки)

Переход к следующему этапу гимнастической полосы препятствий

*Совершенствовать технику выполнения двигательных действий.  
Развивать силовые способности.*

### **III этап**

1. Сгибание - разгибание рук в упоре лежа

6 сек.

4 мин.

2 подхода по 18 (13-17; 12) раз (мальчики)

2 подхода по 12 (9-11; 8) раз (девочки)

Из упора присев, руки несколько впереди - тяжесть тела перенести на руки; затем, отталкиваясь руками, быстро перекатиться назад, увеличив вращающий момент за счет плотной группировки; перекатом назад поднять прямые ноги и поставить руки у плеч; продолжить движение ногами (ноги прямые); и, опираясь на руки, перевернуться через голову и перейти в наклон в широкой стойке ноги врозь, руки в стороны.

«Напра-во». «К следующему этапу шагом – марш!».

В паре и индивидуально.

Руки разгибаются полностью, туловище удерживаем прямо.

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа за один подход			
	3	4	5
мальчики	12 раз и меньше	13-17 раз	18 раз и больше
девочки	8 раз и меньше	9-11 раз	12 раз и больше



<p>2. Сгибание - разгибание туловища, лежа на спине с согнутыми ногами</p>	<p>2 подхода по 34 (25-33; 24) раза (мальчики)</p> <p>2 подхода по 30 (19-29; 18) раз (девочки)</p>	<p>Выполняется в положении лежа на спине на гимнастическом мате. Колени согнуты под углом 90 градусов, руки за головой, пальцы сцеплены в «замок». Партнер прижимает ступни к полу. Подняться до положения сидя (вертикально), коснуться локтями коленей и вернуться в исходное положение, касаясь лопатками и локтями гимнастического мата. Засчитываются только правильно выполненные попытки.</p> <p>Особое внимание обращаем на правильное дыхание: Выдох всегда должен совпадать с максимальным напряжением мышц во время выполнения упражнения.</p>
<p>Переход к следующему этапу гимнастической полосы препятствий</p>	<p>6 сек.</p>	<p>«Напра-во». «К следующему этапу шагом – марш!».</p>
<p><b>IV этап</b></p> <p>Подтягивание на низкой перекладине из</p>	<p>4 мин.</p>	<p>Поточным методом.</p>

Сгибание и разгибание туловища, лежа на спине за один подход			
	3	4	5
мальчики	24 раза и меньше	25-33 раза	34 раза и больше
девочки	18 раз и меньше	19-29 раз	30 раз и больше

виса лежа

3 подхода (в каждом подходе подтягиваться максимальное число раз).

Из виса хватом сверху (ладони от себя), ноги касаются опоры, плавно без рывков и маховых движений ногами и туловищем. Выполняется: подтягивание до положения подбородок выше грифа перекладины и опускание на прямые руки. Ноги держать вместе и не сгибать в коленных суставах. Если попытка выполнена не правильно, то она не засчитывается.

Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа за один подход			
	3	4	5
мальчики	15 раз и меньше	16-24 раза	25 раз и больше
девочки	11 раз и меньше	12-18 раз	19 раз и больше

Переход к следующему этапу гимнастической полосы препятствий

6 сек.

«Напра-во». «К следующему этапу шагом – марш!».

**V этап**

4 мин.

Поточным методом.

1. Переползание по - пластунски

2-4 раза

Для переползания по-пластунски учащийся должен лечь плотно на землю. Для движения необходимо подтянуть колено правой (левой) ноги как можно дальше вперед и несколько в сторону и

<p>2. Переползание на боку с мячом в руке</p>	<p>2-4 раза</p>	<p>одновременно вытянуть левую (правую) руку как можно дальше вперед. Отталкиваясь согнутой ногой, передвинуть тело вперед, подтянуть другую ногу, вытянуть другую руку и продолжать движение в том же порядке. При переползании голову высоко не поднимать.</p> <p>Для переползания на боку следует лечь на левый бок. Подтянув вперед левую ногу, согнутую в колене, опереться на предплечье левой руки, правой ногой упереться каблуком в землю возможно ближе к себе; разгибая правую ногу, передвинуть тело вперед, не изменяя положения левой ноги, после чего продолжать движение в том же порядке. Волейбольный мяч держать правой рукой, положив его на бедро левой ноги.</p>
<p>3. Переползание на животе (спине) без помощи рук или ног. варианты на выбор:</p> <p>3.1.Переползание на животе «руки за спину»</p> <p>3.2.Переползание на животе, опираясь на предплечья</p> <p>3.3.Переползание на спине «руки в замке»</p> <p><i>Снизить эмоциональное возбуждение и</i></p>	<p>2-4 раза</p>	

<p><i>нагрузку на ССС</i></p> <p>1. Убрать с/инвентарь на место, построиться.</p> <p>2. Ходьба в спокойном темпе; упражнения на восстановление дыхания.</p> <p><b><u>III Заключительная часть</u></b></p> <p><i>Подвести итоги урока.</i></p>	<p>2 мин.</p> <p>1 мин. 40 сек.</p> <p>3 мин. 30 сек.</p> <p>3 мин.</p>	<p>По команде - отделения прекращают выполнять упражнения, строятся, убирают с/инвентарь на место, строятся в одну шеренгу.</p> <p>«Класс! Напра – во! Налево в обход шагом - марш!». Задать темп движения. Дистанция 2 шага.  «Руки на пояс, локти - в стороны, спина прямая, шаг короткий»  «На носках, на пятках» «На внешней стороне стопы, на внутренней»  «Без задания – марш!»  «По диагонали – марш!»  «В обход налево – марш!»  «Противоходом налево – марш!»  «Змейкой – марш!» «В обход налево – марш!»  «На месте стой!» «Нале – во!»</p> <p>«Займемся математикой!». Складываем баллы, «заработанные» на каждом из этапов и делим полученную сумму на 6, получаем среднее арифметическое значение – это ваша оценка за преодоление полосы препятствий. Сопоставить цель и результаты деятельности учащихся (кол-во «5», «4», «3»).</p> <p>«Освобожденные» сдают карточки с таблицами, которые они</p>
---	---	--

<p><i>Сформировать мотивацию на следующее занятие</i></p>	<p>30 сек.</p>	<p>заполняли на уроке. Проверить: как и почему они оценили своих одноклассников.</p> <p>На следующем уроке каждый будет выполнять на оценку акробатическое соединение из ранее изученных элементов (задание для мальчиков и девочек, а также критерии оценивания смотреть на стенде).</p> <p>«Класс! Равняйся!», «Смирно!», «Урок закончен», «До свидания!»</p>
---	----------------	---

--	--	--

--	--	--

--	--	--



--	--	--

--	--	--

--	--	--

--	--	--