Мастер – класс по предмету Физическая культура по технологии СДО.

учитель: Вяткин Алексей Николаевич, учитель физической культуры высшей квалификационной категории

**Тема:** Равновесие - как один из видов физического качества. Разновидности равновесий.

**Задачи:** Обучение технике выполнения равновесия. Развивать координацию движений. Воспитывать чувство товарищества, коллективизма.

**Время проведения:** 19.03.2019г.

**Место проведения:** спорт зал

**Инвентарь:** карточки, свисток, мел доска.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Время | Деятельностьучителя | Баллы | Деятельностьобучающихся |
| 3-5мин.10-12 мин.3-5 мин. | Построение учащихся.Проверка готовности учащихся к уроку. *Сегодня на уроке буд, вас оценивать по бальной системе, кол-во баллов и оценку вы можете увидеть на стенде.* См. (в карточке)Разговор на тему: на доске висят несколько картинок.*Посмотрите рисунки на стене и ответе на вопрос,* ***каким качеством обладают все эти люди лыжник, велосипедист, канатоходец, (равновесие).***Дайте определение, что такое равновесие - *способность сохранять устойчивое положения тела*. Разделить на группы ***Равняйсь! Смирно! На 1-4. Рассчитайсь*** На каждую группу раздаются карточки с рисунками (образец).И листочки со словами (дерево, дом, орёл, петух, фигурист, баскетболист, треугольник).*В своих группах обсудить и выполнить равновесие к данным словам. Можно выполнять парами, тройками.* Упражнение на фантазию каждая группа;**придумывает равновесие, чтобы остальные группы отгадали что изображено.** А теперь поиграем в игру «Море волнуется раз».*Море волнуется раз**Море волнуется два**Море волнуется три**В равновесии замри.* | За каждый полный ответ 2балла дополнительно За каждое выполнение 3баллаЗа отгаданное равновесие 2балла | Приветствие учителя. принимают участие в беседе, формулируют задачивыполняют перестроениеобучающие выполняют равновесия, которые показаны на карточках.обучающие выполняют равновесия, к данным словам.Одна группа показывает, остальные группы отгадывают. |
|  | 1.Подведение итогов:*Может, кто ни будь хочет добавитьо равновесии.*3.Домашнее задание- составить комплекс общеразвивающих упражнений.  | 1б за правильное выполнение  | Построение в одну шеренгуОтвет учащихся добавление по данной теме. |