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 | Деятельность  учителя | Баллы | Деятельность  обучающихся |
| 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 3балла  За отгаданное равновесие 2балла | Приветствие учителя.  принимают участие в беседе,  формулируют задачи  выполняют перестроение  обучающие 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 шеренгу  Ответ учащихся добавление по данной теме. |