Тема**: Индивидуальный подход на уроках физической культуры.**

Тема урока: «**Развитие физических качеств, используя метод круговой тренировки»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| На что направлена данная технология…. или что обеспечивает *(информация из теоретических/базовых основ опыта)* | Планируемый результат на конец урока, *который можно отследить(формулировка педагога для конкретного урока)это будет критерием* | *Показатели по уровням (с качественными/описательными характеристиками или содержанием)* | *Способ фиксации достижения П.Р. , (т.е. через какие виды деятельности, заданий… это Вы «увидели») и присутствует ли конкретность в показателях* |
| *Или на что направлена суть вашего опыта* |
| «**1) Индивидуальный подход**  **Это: изучение особенностей каждого ученика и нахождение адекватных методов обучения и воспитания.**  **создание доступных условий для выполнения упражнений в зависимости от особенностей развития двигательных качеств для каждого индивидуально.**  **последовательность обучения в соответствии с уровнем подготовленности каждого индивидуально.**  **научить каждого самостоятельно, определять нагрузку по силам и подготовленности**  **производить систематический контроль за воздействием выполняемых упражнений**  **контролировать уровень физической подготовленности.**  ***На уроке будут использоваться методы:***  ***-игровой***  ***-круговой тренировки*** | **1. Умение ребёнка ставить личные цели на урок, и на отдельные этапы.**  **2.Умение организовывать места занятий и соблюдать технику безопасности при выполнении упражнений на них.**  **3.Владение способами наблюдения за показателями индивидуального физического развития и физической подготовленности;**  **4.Умение планировать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха, в зависимости от задач и индивидуальных особенностей организма;**  **5. Умение работать в группе или самостоятельно, по развитию основных физических качеств.**  **6.Умение проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой деятельности, соблюдать правила игры.**  **7. Рефлексия. Умение высказать мнение о результативности их деятельности** | **Высокий уровень**  Ученик самостоятельно ставит цель, как на весь урок, так и отдельно на его этапы после проведения тестирования, перед игрой. Во время урока стремиться к её выполнению, при необходимости легко и быстро её корректирует.  **Средний уровень**  Ученик в основном справляется с постановкой цели, как на урок, так и отдельно на его этапы после прохождения тестирования, перед игрой, но иногда требуется помощь учителя. В процессе урока стремиться к её выполнению.  **Низкий уровень**  Ученик только при помощи учителя справляется с постановкой цели, как на урок, так и отдельно на его этапы после проведения тестирования, перед игрой. В процессе урока слабо проявляет стремление к её выполнению.  **Высокий уровень**  ученик всегда правильно и самостоятельно организует места занятий на станциях, для развития физических качеств методом круговой тренировки, соблюдает правила техники безопасности. При выполнении упражнений не испытывает трудности при взаимодействии со сверстниками в процессе совместной работы.  **Средний уровень**  ученик в основном справляется с организацией мест занятий на станциях, для развития физических качеств методом круговой тренировки, но испытывает трудности при взаимодействии со сверстниками в процессе совместной работы, соблюдает правила техники безопасности.  **Низкий уровень**  ученик с трудом или с помощью учителя справляется с организацией мест занятийна станциях, для развития физических качеств методом круговой тренировки, плохо взаимодействует со сверстниками в процессе совместной работы, соблюдение правил техники безопасности контролирует учитель  **Высокий уровень**  учащийся самостоятельном после прохождения тестирования можетоценить свой уровень физической подготовленности, по результатам ЧСС, и признакам утомления контролирует уровень нагрузки при выполнении упражнений, помогает товарищам, в их оценке .  **Средний уровень**  учащийся не всегдасамостоятельно можетоценить свой уровень физической подготовленности после прохождения тестирования, ЧСС пытается определить но не всегда это получается , иногда требуется помощь учителя при прохождении тестирования.  **Низкий уровень**  Учащийся может только с помощью оценить свой уровень физической подготовленности, в прохождении тестирования, возникаю трудности с выполнением отдельных этапов, в связи с чем, требуется помощь учителя. Не может проверить ЧСС.  **Высокий уровень**  Ученик самостоятельно и правильно планирует сочетание нагрузки и отдыха при работе на станциях, в беге при разминке, выбирает в зависимости от индивидуальных особенностей организма соответствующий уровень заданий, постоянно их корректирует в зависимости от сложности выполняемого упражнения, всегда готов помочь товарищу в подборе задания.  **Средний уровень**  ученик в основном правильно планирует сочетание нагрузки и отдыха, при работе на станциях, в беге при разминке, в зависимости от индивидуальных особенностей организма, но иногда требуется помощь учителя для выбора оптимальной нагрузки в зависимости от сложности выполняемого упражнения.  **Низкий уровень**  ученик с трудом или с помощью учителя планирует сочетание нагрузки и отдыха, при работе на станциях, в беге при разминке, в зависимости от индивидуальных особенностей организма, всегда требуется помощь в корректировке правильности выполнения упражнения.  **Высокий уровень**  учащийся самостоятельно или в группе может работать над развитием основных физических качеств, правильно подбирать упражнения, взаимодействует со сверстниками, оказывает посильную помощь товарищам, самостоятельно контролирует и анализирует эффективность этих занятий.  **Средний уровень**  учащийся испытывает трудности при в работе в группе или самостоятельно над развитием основных физических качеств, требуется помощь учителя. Контроль за правильность подбора упражнений и количеством повторений производится учителем.  **Низкий уровень**  Учащийся может только с помощью учителя работать самостоятельно над развитием основных физических качеств, постоянно требуется помощь в подборе упражнений и количества повторений .  **Высокий уровень**  учащийся принимает активное участие в игре «Собачка». Соблюдает технику безопасности, соблюдает правила игры, взаимодействует в группе со сверстниками для достижения общей цели, проявляет дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику.  **Средний уровень**  Учащийся не всегда проявляет дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой деятельности при проведении игры «Собачка». Соблюдает технику безопасности, правила игры. Взаимодействует в группе со сверстниками для достижения общей цели с помощью учителя.  **Низкий уровень**  Учащийся с трудом проявляет дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой деятельности. Соблюдение техники безопасности и правил игры только под присмотром учителя.  **Высокий уровень**  учащийся самостоятельно делает вывод о достигнутых результатах, указывает на свои ошибки, ставит задачу на самостоятельные занятия.  **Средний уровень**  учащийся не всегда самостоятельно может высказаться о результативности своей работы на уроке, не видит свои ошибки, для этого ему требуется помощь учителя.  **Низкий уровень**  Учащийся может только с помощью учителя подвести итог о проделанной работе на уроке, не видит свои ошибки. |  |