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. |  |