

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА № 7»
ГОРОДСКОГО ОКРУГА САМАРА**



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО «ДЮСШ № 7»

г. о. Самара

Д.В. Правдин

«02» сентября 2019 года

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА

УРОК ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ИНКЛЮЗИЕЙ

Разработала:

Методист ДЮСШ №7

Филиппова Е. В.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА УРОКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Ф.И.О.: Филиппова Евгения Владимировна

Класс: подготовительная группа «Светлячок». Нозология слабовидящие дети разной сложности заболевания (6-7 лет)

Тема: учиться выполнять разнообразные действия с мячом

Педагогические цели	Формирование стойкого интереса к занятиям физическими упражнениями, с целью формирования здорового образа жизни и гармоничного развития.
Задачи	Образовательные: развитие координации; развитие силовых качеств; развитие ловкости. Воспитательные: воспитание чувства коллективизма; воспитание чувства взаимопомощи; создание мотивации к занятиям по физической культуре. Коррекционные: развитие ориентировки в пространстве; укрепление мышц спины; закрепление навыков правильной осанки и правильного дыхания.
Тип и вид урока	Образовательно-тренировочной направленности
УМК	Учебно-методический комплекс Матвеева А.П.
Планируемые результаты (предметные)	Осваивать технику физических упражнений при передвижении с мячом, - Умение распознавать и называть двигательное действие
Личностные результаты	-Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях. - Осознанное понимание чувств партнера, сопереживание ему. - Умение проявлять дисциплинированность. - Дать самооценку собственной деятельности.

Метапредметные результаты	<u>Познавательные:</u> -Осмысление правил безопасности (что можно делать и что опасно делать) при выполнении упражнений с мячом. <u>Коммуникативные:</u> - Умение взаимодействовать со сверстниками по правилам, во время проведения упражнений на осанку. -Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений регулятивные. - Формирование умения выполнять задание в соответствии с поставленной целью. - Умение организовывать коллективную совместную деятельность. - Умение работать в команде. <u>Регулятивные:</u> - Постановка учебной цели занятия. - Умение правильно выполнять двигательное действие. - Умение выполнять упражнения по укреплению осанки. - Умение соблюдать дистанцию. - Применять полученные знания в организации и проведения досуга.
Технологии	Здоровье сберегающие и игровые технологии...
Методы обучения	Поточный
Формы организации познавательной деятельности	Фронтальная, индивидуальная...
Образовательные ресурсы	Мячи по количеству детей, гимнастические маты.

ОРГАНИЗАЦИОННАЯ СТРУКТУРА УРОКА

Этапы урока	Деятельность учителя	Деятельность обучающихся		Формируемые УУД	Коррекционно-развивающая работа
		Все обучающиеся	Обучающийся с ОВЗ		
I. Организационный момент (2мин.)	Организация обучающихся на урок. Следит за осанкой, за правильным	Построение в одну шеренгу. Выполняют строевые упражнения, ходьбу (бег)		Постановка учебной цели занятия; Умение правильно выполнять двигательное	Наблюдение за обучающимся с ОВЗ, рекомендации

	выполнением упражнений. Соблюдает интервал.	по залу, ходьбу на восстановлений дыхания.		действие; Умение организовать собственную деятельность; Умение следить за дыханием и осанкой, следить за работой рук и ног,	по соблюдению спортивной формы и правил поведения на уроке физкультуры, по индивидуальной физической нагрузке в связи с его ОВЗ
II. Актуализация знаний -5 минут	Организует построение из одной колонны по четыре; Закрепляет знания по двигательным действиям и исходным положениям. Соотносит задания учителя с двигательными действиями; Соблюдает интервал и дистанцию.	Показывают нужные положения и выполняют комплекс упражнений, соблюдая правила. Повторяют за педагогом и запоминают.		Умение организовывать коллективную совместную деятельность. Умение технически правильно выполнять двигательное действие. Умение активно включаться в коллективную деятельность. Умение выявлять ошибки при выполнении комплекса упражнений. Умение организовать собственную деятельность	Коррекция координации движений.
III. Формирование новых знаний -6 минут	Создает ситуацию эмоциональной разрядки. Соблюдает интервал и дистанцию.	Выполняют упражнения поточным методом. Выбирают индивидуальный темп ходьбы и всех упражнений.	Выполняет упражнения на выбор или с сокращением количества повторов.	Развитие приемов обращения с мячом, формирования умения ориентироваться в задании, развитие двигательных навыков	Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата (нарушение осанки, плоскостопия), координации движений

IV. Первичное осмысление и закрепление знаний		Первичное усвоение новых предметных знаний, умений, навыков.	Первичное усвоение новых предметных ЗУН в теории или на практике.	Воспроизведение своими словами правил, понятий, алгоритмов. выполнение действий по образцу, алгоритму.	
V. Рефлексия учебной деятельности -3 минуты (итог урока)	Проводит дыхательные упражнения . Отмечает отличившихся ребят. Контролирует, как обучающиеся справились с физическими нагрузками.	Выполнение дыхательных упражнений. Самооценка результатов выполнения. Учатся правильно оценивать свое самочувствие.		Применять полученные знания в организации проведения досуга и режима дня.	Коррекция особенностей эмоционально-личностной сферы

РЕСУРСНЫЙ МАТЕРИАЛ

Комплекс упражнений для коррекции дыхания

№ пп	Упражнения	Коррекционная направленность	Количество повторов
1.	И.П.-Лежа на спине, ноги согнуты в коленях, правая рука на груди, левая - на животе - глубокое медленное дыхание через нос 1-2 вдох,3-4 выдох	Понимание механизма полного дыхания: правая контролирует грудное дыхание (грудь поднимается), левая – брюшное (поднимается живот)	6 раз
2.	И.П.-Лежа на спине, руки вдоль туловища - глубокий вдох через нос (вдохнули «запах цветка»), медленный выдох через нос	Увеличение глубины дыхания, приучение к глубокому дыханию, образное мышление	6 раз
3.	И.П.- Стоя, руки на пояс - глубокий вдох через нос и выдох через рот, губы трубочкой («погасили свечу»)1-3	Увеличение глубины диафрагмального дыхания, образное мышление	4 раза

	вдох,4 выдох		
4.	Стоя, руки перед грудью, после глубокого вдоха - на выдохе пружинящие отведения назад рук, согнутых в локтях	Согласование дыхания с движением, парциальный выдох (на 4 счета)	4 раза
5.	«Дровосек». И.П.-Ноги на ширине плеч, руки в замок 1-3 - глубокий вдох - поднять руки, 4- на выдохе с наклоном резко опустить руки, произнося «У-У-УХ»	Согласование дыхания с движением, акцентированный выдох, развитие дыхательной мускулатуры	6 раз
6.	Ходьба, руки на поясе с различными вариантами дыхания: на 3 шага - вдох, на 3 шага - выдох; на 4 шага - вдох, на 4 шага - выдох; на 2 шага - вдох, на 3 шага - выдох; на 3 шага - вдох, на 5 шагов - выдох и др.	Акцентирование внимания на дыхании, варьирование частоты дыхания, согласование заданной частоты дыхания с движением	6-8 раз
7.	Бег с произвольным дыханием, ускорениями, остановками, прыжками на двух ногах. В конце упражнения перейти на шаг и остановиться.	Развитие кардиореспираторной системы, определение индивидуального ритма дыхания	30 секунд

Приложение (конспект урока)

Ход занятия.

І . Вводная часть. (7 мин)

Дети заходят в зал и строятся в шеренгу.

- Физкульт!

Дети: - Привет!

Равняйсь! Смирно! Напра-во! За направляющим в обход по залу шагом марш!

- Ходьба обычная.

– Спину держать прямо. По ходу берем мячи. Держим мяч в обеих руках на уровне живота, локти опущены.

- Ходьба на носках, руки с мячом вверх, тянемся за мячом, руки прямые.

– Ходьба обычная.

– Ходьба с высоким подниманием колена и касанием мяча, мяч на уровне живота.

– Ходьба обычная.

Ходьба приставным шагом.

- Повернулись лицом в круг, мяч на уровне живота, голова в сторону движения.
- Стоп. Приставной шаг влево. Мяч в вытянутых руках, голова в сторону движения.
- Стоп. Повернулись за направляющим, ходьба обычная.
- Ходьба спиной вперед. Мяч в обеих руках на уровне живота.
- Ходьба обычная: 1,2,3,4
 - Бег с мячом.
- Приготовились к бегу, мяч на уровне живота. Бег обычный.
 - Бег с подскоками.
 - Бег обычный.
 - Боковой галоп. Мяч в вытянутых руках, голова в сторону движения.
 - Бег обычный.
 - Прыжки с зажатым между коленок мячом. Руки на поясе.
 - Бег обычный.
 - Бег легкий.
 - Ходьба обычная.
 - Ходьба на восстановление дыхания.
 - Мяч вверх – вдох. Мяч вниз – выдох (3-4 раза)

II. Основная часть

- Встали враспынную.
- **Приготовились!** (пятки вместе, носки врозь, мяч прижат к плечу).
- Начинаем упражнения.

ОРУ (5 мин):

1. И.п. ноги на ширине плеч, мяч в опущенных руках (6 раз)
 - 1 – поднимаемся на носки, мяч вверх, руки прямые, тянемся за мячом
 - 2 – опускаемся, мяч за голову
 - 3 - поднимаемся на носки, мяч вверх
 - 4 – и.п.
2. И.п. ноги на ширине плеч, мяч прижат к груди, локти опущены (6 раз, в каждую сторону по 3 раза)
 - 1 – поворот туловища, мяч в выпрямленных руках, ноги не отрываем от пола
 - 2 – возвращаемся в и.п.
 - 3 – поворот в другую сторону, мяч в выпрямленных руках
 - 4 – и.п.
3. И.п. – ноги на ширине плеч, мяч прижат к груди, локти опущены (6 раз)
 - 1 – наклон вперед, мяч в выпрямленных руках, ноги не сгибаем
 - 2 – наклон вниз, мяч в руках и касается пола
 - 3 – наклон вперед, мяч в выпрямленных руках, глазами смотрим на мяч
 - 4 – и.п.

4. И.п. – ноги на ширине плеч, мяч прижат к груди (6 раз)
1 – присели: держимся на носках, колени разведены в стороны. Мяч в выпрямленных руках, спина прямая.
2 – встали, и.п.
3 – приседание
4 – и.п.
5. И.п. – сидя на пятках. Мяч держим двумя руками на коленях (6 раз)
1 – встали на колени, мяч вверху
2 – вернулись в и.п.
6. И.п. – сидя, ноги вытянуты вместе, мяч сбоку (6 раз)
1 – ноги согнули в коленях
2 – ноги приподняли
3 – мяч прокатали под коленями
4 – и.п.
7. И.п. - лежа на животе: мяч в выпрямленных руках, ноги прижаты друг к другу, голова на руке (4 раз)
1 – руки, голову и мяч поднимаем, смотрим на мяч, ноги не отрываем от пола
2,3 – удерживаем мяч
4 – и.п.
8. И.п. - сидя на пятках, мяч перед собой: прокатываем мяч вокруг себя одной рукой
1 – покатали
2 – перехватили другой рукой
3 – покатали вокруг себя, перебирая пальцами
4 – и.п.
- Теперь в другую сторону (в каждую сторону по 4 раза)
9. И.п. – ноги на ширине плеч, мяч перед собой. Подбрасываем мяч и ловим столько раз, сколько вам лет.
10. И.п. – ноги на ширине плеч, мяч перед грудью, локти в стороны
1 - вдох (через нос) – руки разводим чуть в стороны (как будто мяч надувается),
2 - выдох (через рот) – руки чуть соединяются (мяч сдувается). (4 раза)

Основные движения (6 мин)

- В обход по залу за направляющим - шагом марш!

1 – забрасывание мяча в корзины (2 корзины).

Одна подгруппа детей забрасывает мяч в корзину с большего расстояния, другая – с меньшего. В процессе забрасывания расстояние может либо увеличиваться, либо уменьшаться в зависимости от уровня развития данного навыка у детей.

Напоминание: забрасываем от груди, одна нога вперед, другая назад, мяч обхватываем двумя руками, локти опущены.

2 - отбивание мяча одной рукой, броски мяча вверх, вниз о землю и ловля его двумя руками. Бросить мяч вверх, хлопнуть в ладоши перед собой (поймать мяч. Затем колонны меняются местами.

III. Заключительная (7 мин)

П/и «Ловишки» (с мячами)

Цель: учить детей прыгать враспынную, не наталкиваясь друг на друга, действовать по сигналу быстро. Развивать ориентировку в пространстве, соблюдать правила игры.

Ход игры:

Дети строятся в круг, у каждого мяч зажат между ног. В центре круга стоит Ловишка (мяч тоже зажат между ног). По сигналу воспитателя: «Раз, два, три – лови!» дети прыгают по площадке. Ловишка старается осалить. Осаленные дети отходят в сторону и выполняют задания с мячом: ловят, отбивают. По сигналу: «Раз, два, три в круг скорей беги» – дети строятся в круг. После подсчета пойманных, игра повторяется 2-3 раза

После игры

Упражнения на восстановление дыхания и дыхательные упражнения.

- Ребята, по ходу движения мячи кладем в корзину.

Итог. Построение в шеренгу. Предложить детям оценить свою работу на занятии: похлопать в ладоши так сильно, как хорошо они занимались. - Молодцы! Спасибо за занятие.

– Напра-во, за направляющим в группу шагом - марш!

ЛИТЕРАТУРА

1. <https://intolimp.org/publication/tiekhnologhichieskaia-karta-uroka-fizkul-tury-po-tiemie-biegh-s-priepiatstviiami.html>
2. Что такое инклюзия в образовании [Электронный ресурс] / URL: <http://perspektiva-inva.ru/inclusive-edu/law/vw-371/http://perspektiva-inva.ru/inclusiveedu/law/vw-371/>
- 3.