Технологическая карта

по физической культуре для ребенка с ОВЗ (легкая степень умственной отсталости) в 5 классе

**Раздел программы:** Гимнастика

**Тема урока: Ходьба по гимнастической скамейке.**

**Цель урока:**развивать интерес детей к занятиям физической культурой на основе создания ситуаций, для решения которых необходимо проявить смелость. Сохранять и укреплять здоровье.

**Задачи урока:**

**Образовательные:**

- обучить детей хождению по гимнастической скамейке;

- закрепить теоретические знания;

- совершенствовать координационные способности.

**Оздоровительные:**

**-**содействовать достижению гармоничности в физической развитии;

**-**сформировать правильную осанку.

**Воспитательные:**

**-**комплексно развивать координацию, силу, гибкость;

- содействовать формированию чувства ответственности и коллективизма, дисциплинированность;

- упорство для укрепления и сохранения своего здоровья.

**Тип урока:**обучающий.

**Метод проведения:**индивидуальный, групповой, поточный.

**Место проведения:** спортивный зал МБОУ СОШ №47

**Материально-техническое обеспечение:** 2 гимнастические скамейки, 8 дуг (высота примерно 50 см), короткие ленточки по количеству детей..

**Учитель физической культуры:**Михалева Н.А.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | **Содержание урока** | **Вид деятельности учителя** | **Планируемые результаты** | | | | **Вид деятельности обучающихся** |
| **Личностные** | **Метапредметные** | **Предметные** |  |
| **1** | Подготовительная часть (12 минут) | Построение, приветствие, проверка готовности обучающихся, сообщение задач урока. | Значение строевых отношений, формирование интереса к уроку. | Анализ имеющихся знаний о строевых упражнениях. | Задачи направленные на обработку теоретических моделей и понятий. | Построение в одну шеренгу. Повторение поворотов направо, налево, кругом. | |
| Настроить обучающихся на предстоящую деятельность. Выполнить команды учителя:  Ходьба и ее виды:  - на носках,  - на пятках,  - на внутреннем и внешнем своде стопы,  - перекаты с пятки на носок.  Бег и его виды:  - в быстром и медленном темпе,  - «противоходом»,  - «змейкой».  ОРУ в кругу (выполнение под музыку):   1. «Вертолет» - круговые вращения головой. 2. «Силачи» - сгибание и разгибание рук в локтевом суставе. 3. «Ветер» - круговые вращения прямыми пуками в плечевом суставе. 4. «Часики» - наклоны корпусом вправо и влево. 5. «Мельница» 6. «Маленькие-большие» - приседания. 7. «Лягушата» - прыжки из приседа в присед. 8. «Лошадка» - ходьба на месте. 9. Восстановление дыхания – вдох и медленны выдох. | Подготовить обучающихся к физическим нагрузкам. | Анализ разминки. Внесение дополнений и коррекции. | Задачи, направленные на отработку теоретических моделей и понятий. | Выполнение команд учителя. Ходьба на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы, перекаты с пятки на носок. Бег и его виды.  Выполнение ОРУ. | |
| **2** | Основная часть (20 минут) | 1. Осуществляет установку на выполнение ходьбы по узенькой гимнастической скамейке. На носках, в полу приседе, боком. 2. Осуществляет установку на выполнение ползания на четвереньках змейкой «под дугами». 3. Подвижная игра «Хвостики» | Формирование и проявление положительных качеств личности, трудолюбия, упорства в достижении поставленной цели. | Сохранить учебную задачу. Анализ деятельности обучающихся. | Размещение обучающихся в спортивном зале для совместных действий. | Осуществляют установку учителя по команде, развивают координационные способности, силу, гибкость.  Подвижная игра: дети становятся в круг. По считалочке выбирают водящего («Хвостики»). По сигналу ловят ребят, они стают «хвостиками»,по сигналу игра прекращается. Подсчитывается сколько было поймано ребят. | |
| **3** | Заключительная часть (5-7 минут) | Ходьба по залу с выполнением заданий (на внимание): руки вперед, вверх, в стороны, за голову, к плечам, за спину.  Постановка домашнего задания. Анализ занятия. | Воспитание трудолюбия и интереса к занятиям физическими упражнениями. | Обучающиеся смогут овладеть всеми учебными действиями. Самоанализ деятельности на уроке. | Задачи направленные на обработку теоретических и практических навыков обучающихся. | Планирование сотрудничества с учителем и сверстниками. Использование различных способов коммуникации: вербальные, невербальные и опосредственные. | |