**Технологическая карта урока по двигательному развитию**

**для 6 класса детей (с интеллектуальными нарушениями)**

**1.Предмет:** двигательное развитие

**2.Класс:** 6

**3.Учитель:** Назарова Елена Анатольевна

**4.Раздел:** упражнения с предметами и без предметов

**5.Тема:** «Бросание мяча двумя руками одной рукой от груди. Упражнения с мячами»

**6.Тип урока:** обучающий

**7.Время урока:** 40 минут

**Цель урока:** формирование двигательных умений и навыков у обучающихся в соответствии с их индивидуальными особенностями потребности бережного отношения к своему здоровью в разнообразных формах двигательной деятельности

**8.Задачи:**

**Коррекционно - образовательные:** освоение системы знаний, для сознательного освоения двигательных умений и знаний; развитиеи закреплениеумения прогнозировать, анализировать информацию; обучение технике правильного выполнения физических упражнений; формирование навыка ориентировки в схеме собственного тела, в пространстве.

**Коррекционно - развивающие:** развитие двигательных качеств (ловкости, гибкости, точности движений, мышечной силы, двигательной реакции); развивать речь и память учащихся, развивать двигательную активность; коррекция и профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата; коррекция и развитие общей и мелкой моторики; развитие и совершенствование двигательной (мышечная) памяти

**Коррекционно - воспитательные:** воспитывать бережное отношение к собственному здоровью; воспитание в детях чувства внутренней свободы, уверенности в себе, своих силах и возможностях; воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями; укрепление и сохранение здоровья учащихся

**Здоровьесберегающая:** сохранять здоровье детей путем чередования различных видов деятельности и активного отдыха, создания комфортной и доверительной атмосферы на уроке.

**9.Место проведения:** кабинет ритмики (спортивный зал)

**10.Инвентарь и оборудование:** обручи, мячи, малые мячи-ежики, коврики

**11. Формы организации познавательной деятельности:** фронтальная, групповая

**12. Методы обучения:** игровой, словесный, наглядный

**Технологическая карта урока**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Этап образовательного процесса** | **Деятельность учителя** | **Деятельность обучающихся** | **Форма организации взаимодействия на уроке** | **Базовые учебные действия** |
| **Подготовительный этап** | Организованный вход в спортзал.  Построение, приветствие.  Ребята здравствуйте, когда мы говорим «Здравствуйте» - мы желаем друг другу здоровья, поэтому, сегодня свой урок мы начнем со слов:  Упрись в землю ногами,  Потянись к небу руками,  Воздуха чистого вдохни,  И мысленно болезни отгони.  Сообщение задач урока.  Сегодня на мы будем учиться бросать мяч вверх двумя руками, одной рукой от груди бросать мяч в стену. И разучим новую игру. | Организованно входят в спортивный зал за учителем.  Учащиеся встают у намеченной линии.  Приветствие учителя. | Фронтальная работа | Умение проявлять внимательность и дисциплинированность |
|  | Перед тем как приступить к обучению физических упражнений с мячом. Нам с вами нужно сделать небольшую разминку для всех частей тела.  - Начнем с головы, круговые движения – 4-5 раз в каждую сторону.  - Затем переходим к плечам, поочередно или одновременно поднимать и опускать плечи – 4-5 раз.  Далее мы разомнем наши руки. А для этого поднимем их вверх – сделаем вдох, руки опускаем вниз - делаем выдох – 4-5 раз каждой позиции.  Разомнем немного кисти рук круговые движения – 4-5 раз. Хорошо  Переходим к ногам. Сделаем шагающие движения по отдельности каждой ногой – 4-5 раз.  Так как пятки неподвижны, мы должны разработать их:  Для этого садимся на коврики и одной рукой держим пятку, другой - крутим в разные стороны попеременно – делается это также в зависимости от возраста и состояния ног.  И последнее упражнение.  Одна нога прямая, а другая согнута в колене и поочередно меняем, ногу сгибаем – разгибаем в колене – по 5 раз на каждую ногу.  Мы немножко разогрелись и размялись, теперь переходим к главной цели нашего урока. | Учащиеся внимательно слушают инструкцию учителя.  Дети повторяют упражнения за учителем. Сначала круговые движения головой в правую сторону - 4 раза. Затем в левую сторону – 4 раза.  Выполняют следующие упражнение по показу учителя. На раз поднимают правое плечо, на два опускают, на три поднимают, левое плечо на четыре опускают.  Учащиеся повторяют за учителем упражнение восстанавливающие дыхание. Поднимают руки вверх при этом, делают глубокий вдох, затем опускают руки вниз и делают выдох.  Учителем демонстрируется шагающие упражнение детям, которое они должны повторить и выполнить.  Учащиеся берут гимнастические коврики и присаживаются. Выполняют упражнение по примеру учителя. Одной рукой держат пятку, а другой крутят в разные стороны. Итак, поочередно выполняют упражнение.  Дети, остаются на ковриках для выполнения следующего упражнения. Учитель показывает правильность выполнения задания. Ученики облокачиваются на руки, которые отводятся назад и упираются в коврик. Ноги прямые на раз согнуть в колено правую ногу, на два разогнуть ногу и выпрямить. На три согнуть левую ногу в колене, на четыре разогнуть и выпрямить ногу. | Фронтальная работа | Обучение технике правильного выполнения физических упражнений;  развитие и совершенствование двигательной (мышечная) памяти;  развитие двигательных качеств (ловкости, гибкости, точности движений, мышечной силы, двигательной реакции);  развивать двигательную активность; |
| **Основной этап** | Сегодня мы будем с вами учиться бросать мяч вверх двумя руками и одной рукой от груди в стену и об пол.  Выполняя упражнения с мячом, мы развиваем мускулатуру, дыхательную систему, двигательную активность.  Но сначала мы выполним с вами гимнастику для рук, кисти и пальцев.  ***«Пальчики»***  Пальчики уснули,  В кулачок свернулись.  Один!  Два!  Три!  Четыре!  Пять!  Захотели поиграть!  **Осенние листья.**  Раз, два, три, четыре, пять – (Сжимают и разжимают кулачки.)  Будем листья собирать.  Листья берёзы,  Листья рябины,  Листики тополя,  Листья осины,  Листики дуба мы соберём,  Маме осенний букет отнесём.  А сейчас приступаем к изучению новых упражнений с мячом.  - Обучение бросание мяча двумя руками друг другу и ловля мяча. Умение поймать мяч двумя руками.  Бросание мяча в парах  - Подбросить мяч вверх и поймать.  Ударить мяч об пол и поймать  - Ударить мяч об стену и поймать.  Упражнение на восстановление дыхания  - Бросание мяча в стену одной рукой от груди (правая рука)  - Бросание мяча в стену одной рукой от груди (левая рука).  У вас все получилось, вы молодцы!  Но нам есть, к чему стремиться, чтобы быть сильными, здоровыми, ловкими. | Учащиеся повторяют за учителем движение для пальчиков.  *На счет 1, 2, 3, 4, 5 пальцы поочередно разжимать из кулачка. На слова «захотели поиграть» пальцы свободно двигаются.*  Дети выполняют гимнастику для кистей рук и пальчиков за учителем. Сжимают кулачки и разжимают.  Загибают на каждую сточку по одному пальцу.  Сжимают и разжимают кулачки.  Учитель с одним из учеников показывают упражнение и его правильность выполнения  Обучающиеся становятся друг напротив друга и поочередно бросают мяч. И ловят мяч двумя руками.  Учитель показывает упражнение, бросает мяч вверх ловит его и ударяет об пол.  Учащиеся смотрят на учителя и за правильностью выполнения упражнения. И выполняют самостоятельно. Подбрасывают, мяч вверх ловят его двумя руками и ударяют об пол и снова ловят двумя руками.  Учащиеся выполняют упражнение по показу учителя.  Выстраиваются около стены, бросают мяч в стену и ловят.  Дети выполняют упражнение на восстановление дыхания. Поднимают руки, вверх делают вдох. Опускают руки вниз и выполняют наклон туловища вперед и делают выдох.  Ребята, снова выстраиваются у стену и выполняют предыдущие упражнение. Только мяч бросают в стену одной от груди (правая рука).  Потом учащиеся меняют руку и бросают мяч в стену от груди одной рукой (левая рука). | Фронтальная работа, работа в парах | коррекция и развитие общей и мелкой моторики;  развитие двигательных качеств (ловкости, гибкости, точности движений, мышечной силы, двигательной реакции);  сохранять здоровье детей путем чередования различных видов деятельности и активного отдыха |
| **Минутка отдыха (разучивание новой физкультминутки)** | А теперь мы поиграем в игру «Акула».  Вот, сегодня мы с вами на уроке разучим новую игру «Самолет»  Руки в стороны – в полёт  Полетит наш самолет*.*  Сделал правый поворот  Сделал левый поворот,  Крыльями покачал,  Загудел и задрожал.  Начинается полет,  Полетел наш самолет,  Вот закончился полет,  Приземлился самолет.  Хоть зарядка коротка, отдохнули мы слегка. | Учитель объясняет правила игры «Акула», ребята внимательно слушают инструкцию.  Учитель выполняет роль акулы, а учащиеся роль рыбок и разбегаются по залу. Когда учитель произносит слово «акула», дети должные сесть на скамейки.  Учитель показывает движения игры, а учащиеся повторяют за ним.  Дети поднимают прямые руки в стороны  Наклоняют туловище вперед, руки разведены в стороны  Поворачиваются вокруг себя вправо, подняв правую руку  Поворачиваются через левое плечо, подняв левую руку  Покачивают разведенными в стороны руками  Поднимаются на носки, опускаются на всю ступню и гудят  Наклоняют туловище вперед, руки разведены в стороны  Бегут по кругу, расставив руки в стороны  Замедляют бег  Дети опускаются на одно колено  Дети поднимаются с колено | Фронтальная работа | освоение системы знаний,  развитиеи закреплениеумения прогнозировать, анализировать информацию;  развитие двигательных качеств (ловкости, гибкости, точности движений, мышечной силы, двигательной реакции); развивать речь и память учащихся, развивать двигательную активность;  формирование навыка ориентировки в схеме собственного тела, в пространстве. |
| **Заключительный этап** | А теперь мы с вами поиграем в игру «Что пропало»  Построение.  Вы сегодня были: ловкие, быстрые, хорошо ориентировались в пространстве, если вы всегда будите дружить движением, то обязательно будите здоровыми.  **Рефлексия**  Если вы устали и вам было скучно и настроение ваше было грустное, то присядьте и обнимите колени руками, а если вам все понравилось, поднимите руки вверх и попрыгайте.  Вы, сегодня все МОЛОДЦЫ!!!  Всем, спасибо за урок.  Организованный уход с зала | Учитель знакомит учащихся с правилами игры.  В центре зала ведущий раскладывает 4-5 предметов. Дети в течении одной минуты рассматривают предметы , стараясь их запомнить. Затем по команде поворачиваются спиной, а ведущий убирает один из предметов. Дети поворачиваются и называют пропавший предмет.  Учащиеся строятся у намеченной линии и  организованно выходят из зала за учителем. | Фронтальная работа | развивать речь и память учащихся;  воспитание в детях чувства внутренней свободы, уверенности в себе |