

"СОГЛАСОВАНО"

Заместитель директора по УВР:

_____ С.Д.Воронова

"Утверждаю"

Директор ГКОУ "Специальная
(коррекционная) общеобразовательная
школа-интернат № 26"

_____ И.В. Тропотова

**Фрагмент урока физической культуры в 4 "Б" классе
по теме: "Кувырок вперед. Перестроения в две колонны в движении"**

Цели урока: формирование у детей потребности в здоровом образе жизни. Показать детям привлекательность и доступность гимнастических упражнений; формирование у детей социальных навыков средствами физического воспитания.

Коррекционная цель: развитие фонематического слуха и закрепление правильного звукопроизношения посредством ритмических упражнений.

Подготовлено
учителем физкультуры
начальных классов
Григоренко О.П.

п.Новотерский
2018 - 2019 уч.год

Формируемые УДД:

предметные: организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки и подвижных игр, иметь представление о гимнастических элементах, уметь различать команды, выполнять двигательные действия;

метапредметные: принимать реализовывать цели и задачи урока, определять общие цели и пути их достижения, договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности, адекватно оценивать свое поведение и поведение окружающих;

личностные: развитие адекватной мотивационной учебной деятельности, коммуникативных навыков, умения анализировать, творчески применять полученные знания на самостоятельных занятиях физической культурой.

Тип урока: комбинированный

Место проведения: спортивный зал

Инвентарь: скакалки, мячики для метания, резиновый мяч, гимнастические маты, свисток.

Этап образовательного процесса	Деятельность учителя	Деятельность учащихся	Универсальные учебные действия			
			Личностная	Регулятивная	Познавательная	Коммуникативная
1	2	3	4	5	6	7
Подготовительная часть (10 минут) 1. Построение в одну шеренгу, организационные команды 2. Разминка в движении (прил. 1); упражнение "Ветерок" (прил. 2); разминка на месте (прил. 3)	Ознакомить учащихся с целью и задачами урока, настроить на урок. Подготовить организм учащихся к работе в основной части урока.	Строятся в одну шеренгу, слушают и обсуждают тему урока. Выполняют упражнения в движении и на месте.	Умение проявлять дисциплинированность и внимательность. Осознание роли разминок.	Умение формировать цели урока, ставить задачи. Умение определять последовательность и приоритет разминки для всех мышечных групп.	Умение организовать и проводить разминку со сверстниками.	Обсудить ход предстоящей разминки Слушать и слышать друг друга и учителя.

<p>Основная часть (10 минут)</p> <p>1. Дети встают в круг с мячом, проговаривают считалку вместе с учителем, затем вразброс, кидая мяч друг другу (прил.4);</p> <p>2. Работа на гимнастических матах (прил. 5) - выполнение гимнастических упражнений и элементов, кувырок вперед;</p> <p>3. Игра "Салки" со сменой водящего, каждый водящий проговаривает считалку. (прил. 6)</p>	<p>Перестроить учеников в круг.</p> <p>Напомнить технику безопасности.</p> <p>Выявить и устранить типичные ошибки.</p> <p>Доступно объяснить правила игры</p>	<p>Выполняют условия игры и занятий на гимнастических матах. Стараются не допускать ошибок. Соблюдают технику безопасности.</p>	<p>Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками.</p> <p>Умение воспользоваться помощью учителя.</p> <p>Умение определять степень утомления организма.</p> <p>Уточнить влияние упражнений на организм.</p>	<p>Умение дать самооценку.</p> <p>Умение контролировать свои действия.</p> <p>Умение адекватно воспринимать предложения учителя по исправлению ошибок.</p> <p>Умение планировать свои действия</p> <p>Умение сохранять заданную цель.</p>	<p>Умение организовывать и проводить игры со сверстниками.</p> <p>Умение находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками.</p> <p>Умение работать с предметами (мяч, скакалка).</p>	<p>Устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Управлять поведением одноклассников.</p> <p>Находить ошибки при выполнении заданий и способы их исправлений.</p>
--	---	---	--	---	---	--

ПРИЛОЖЕНИЕ 1.

Разминка в движении:

- На вдох, руки поднимаем вверх, на выдох - руки вниз
- Руки в стороны - резко сжимаем и разжимаем кулаки
- Руки в стороны - вращение кистей вперед и назад
- Руки к плечам, вращение предплечий вперед и назад
- Одна рука вверх, другая вниз, рывки руками со сменой
- Руки на пояс, ходьба на носках
- Руки за голову, ходьба на пятках
- Руки за спину, ходьба на внешней стороне стопы
- Руки на пояс, ходьба на внутренней стороне стопы
- Ходьба перекатом с пятки на носок
- Выпрыгивания
- Прыжки приставным шагом правым боком, левым
- Попеременно два правым, два левым
- Ходьба

ПРИЛОЖЕНИЕ 2.

"Ветерок":

Мы подуем высоко - с-с-с (поднимаем руку высоко и дуем на нее)

Мы подуем низко - с-с-с (опускаем руку вниз и дуем на нее)

Мы подуем далеко - с-с-с (руку отводим вперед и дуем на нее)

Мы подуем близко - с-с-с (руку подносим ко рту)

ПРИЛОЖЕНИЕ 3.

Разминка на месте:

- Руки на пояс, ноги на ширине плеч, повороты головы вправо, влево (Проговариваем "У" - губы трубочкой, "И" - растягиваем губы в улыбку)
- Наклоны головы вправо, влево
- Наклоны головы вперед, назад
- Упражнение "Часики" - наклоны головы вправо, влево, проговариваем "Тик, так"
- Движения головы вперед, назад
- Подъем плечевых суставов вверх
- Вращение плечевых суставов вперед и назад
- Вращение плечевого пояса
- Рывки согнутыми и прямыми руками
- Скручивание туловища
- Наклоны туловища вправо, влево
- Вращение туловища вправо, влево
- Вращение тазом вправо, влево
- Вращение коленными суставами вправо, влево

- Махи ногами
- Упражнение "Мельница"
- Упражнение "Насос" (Протяжно "А", в другую сторону "И")
- Перекаты
- Приседания
- Упражнение "Пружинка" (С диафрагмальным выдохом "Ха")
- Прыжки на скакалке
- Метание в цель - дети выкрикивают "Гол", если попали в цель и "Мимо", если не попали

ПРИЛОЖЕНИЕ 4.

Трактор дырчит,
Тигр рычит,
Дырка в кармане,
Ребята играют,
В регби руками.

ПРИЛОЖЕНИЕ 5.

Разминка на гимнастических матах:

- Ходьба на четвереньках лицом, спиной
- Вращения
- "Лягушка", лечь на спину
- "Бабочка"
- Полушпагат
- Мост из положения лежа
- Стойка на лопатках
- Планка - 1 раз
- "Кобра" - 2 раза
- Кувырок вперед

ПРИЛОЖЕНИЕ 6.

Игра "Салки" со сменой водящего: дети становятся в круг, водящий проговаривает считалку, ребенок, на которого указал водящий, считает громко до трех и догоняет убегающих, как только он догнал игрока, все дети быстро становятся в круг, на этот раз считает тот, кого поймали.