**Муниципальное образование Тимашевский район**

**муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**средняя общеобразовательная школа №5**

**имени Ромашины Михаила Александровича**

**муниципального образования Тимашевский район**

**ПЛАН КОНСПЕКТ**

 **урока по физической культуре**

**для детей с ОВЗ**

**Учитель: Молла Людмила Болеславовна**

**Класс: 3 класс**

**Место проведения: спортивный зал МБОУ СОШ № 5**

**Тип урока:  образовательно-тренировочный**

 **Оборудование: мячи волейбольные, фишки, кольца, конусы**

**Тема урока: «** Игровые задания для развития ловкости»

**Цель урока:** достижение максимально-возможного уровня оздоровления и овладения физическими движениями, согласно индивидуальных возможностей детей младшего школьного возраста с ОВЗ.

**Задачи урока:***оздоровительные:*
- укрепление здоровья;
- содействие правильному физическому развитию детей;
- формирование привычной потребности к регулярным занятиям.
*развивающие:*
- способствовать развитию скоростно-силовых качеств, взрывной силе, быстроты реакции, ловкости, координации движений, пространственной ориентации;
- формирование умения командной работы, взаимодействие со сверстниками в игровой и соревновательной деятельности.
*воспитательные:*- умение правильно понимать правила и правильно их использовать;
- проявление дисциплинированности, внимание друг к другу;
- формирование самостоятельного мышления, упорства в достижении поставленной цели ;
- понимание достижения итогового результата.
*коррекционные:*
- использование специального стандартного и нестандартного оборудования для двигательной деятельности детей;
- коррекция нарушения в движениях (закрепощенность, неточность, несогласованность рук и ног), нарушения осанки, сутулость, движение по прямой линии;
- коррекция усилий, времени;
- содействие нормальному ходу физического развития и физической подготовленности.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Задачи** | **УУД** | **Содержание урока** |
| **Подготовительная часть 5 минут** |
| Организовать внимание учащихся.Информирование учащихся о теме урока. | Коммуникативные (высказывать и аргументировать своё мнение).Познавательные использовать информацию, логически выполнять действия).Регулятивные(понимать словесные указания, выполнять инструкции и команды учителя). | Организованный вход в спортивный зал. Приветствие.Построение в шеренгу по росту.Перекличка, разделение на первый, второй. |
| **Разминка 7 минут** |
| Следить за осанкой.Воспитание ритма движения.Корректировать двигательную закрепощенность.Развивать пластичность рук, мышечную активность ног.Воспитывать выразительность движений.Коррекция точности движений. | Регулятивные (способность быстро переключаться от выполнения одних движений на другие).Личностные (способность выполнять движения в выбранном ритме). | – ходьба на носках, руки вверх;– ходьба на пятках, руки за голову;– высокий шаг, руки в стороны;– ходьба пятки в центр, руки на поясе;– ходьба носки в центр, руки на поясе;– бег приставными шагами в обе стороны;– бег с захлёстыванием голени;– бег с высоким поднимание бедра;– ходьба с восстановлением дыхания. |
| Деление детей на команды (согласно предварительному расчету на первый-второй**) 3 мин.** |
| **Основная часть урока 20 минут****Веселые эстафеты** |
| Развитие ловкости, координации движения. | Регулятивные (действовать по схеме, в заданном направлении).Познавательные (понимать информацию, правильно ее переносить в движение).Регулятивные (способность быстро переключаться от выполнения одних упражнений на другие) .Личностные (способность выполнять движения в выбранном ритме, взаимопомощь и взаимодействие со сверстниками ). | **1этап: «ценный груз»** : бег от старта до фишки и обратно с двумя мини-волейбольными мячами ,мячи дети держат подмышками. |
| Развитие ловкости рук, навык владения и точной передачи мяча. | **2 этап** **«цепочка»** : и.п. дети держат руки поднятыми и передают друг другу мяч над головой.  |
| Развитие толчковой силы рук, точности движений. | **3 этап** **«ручеек»** : и.п. ноги на ширине плеч, дети передают мяч между ног, путем передачи в руки и катания. |
| Укрепление сердечно-сосудистой и дыхательной системы, мышц ног, улучшение координации и подвижности стоп. | **4 этап « змейка»** : расстановка фишек «змейкой» от старта до финиша. Дети бегут между фишек , цель не задеть фишки на всем протяжении этапа. |
| Развитие координации, мышц ног. Укрепление сердечно-сосудистой и дыхательной системы. | **5 этап** **«зайчик»** : и.п. мяч зажат между коленями. Ребенок прыгает до финиша, стараясь не упустить мяч. |
| Развитие глазомера, точности броска. | **6 этап** **« меткий глаз»** : необходимо добежать до конуса и набросить на него кольцо. |
| **Заключительная часть 5 минут** |
| Привести организм в спокойное состояние, коррекция закрепощенности перед аудиторией, умение формировать личное восприятие и высказывание. | Коммуникативные (умение взаимодействовать друг с другом)Личностные (развивать воображение, интуицию, умение провести самооценку.Регулятивные: построение логической цепочки рассуждений и доказательство.Познавательные: умение выявлять допущенные ошибки и обосновывать способы их исправления. | Построение учащихся, подведение итогов урока, организованный выход из зала. |

**Социализация детей с ограниченными возможностями здоровья через уроки физической культуры**

Все мы знаем, как важно с самого раннего возраста формировать и совершенствовать у детей одновременно с физическими и психические, нравственные качества; сознание , мышление, волю , внимание, трудолюбие , уважение к окружающему миру.

Согласно социологическому исследованию семьи с детьми, страдающими различного рода заболеваниями, не воспринимают психологов и социальных педагогов в качестве надёжных источников помощи.

Характерными психологическими трудностями этих детей являются многочисленные страхи: боязнь диагноза, медицинские процедуры и т.д. Ребёнок страдает от острого дефицита общения прежде всего со сверстниками, боится одиночества, опасается предстоящих встреч со значимыми для него людьми.

Подростки до болезни или в момент болезни, имевшие сложившиеся профессиональные представления, страдают от своей профнепригодности. Они заведомо знают физические, да и юридические возможности, связанные со статусом инвалида. Часто подростки фиксируются на представлении о бессмысленности предстоящей жизни, что будут отставать в учёбе. Ощущая острый дефицит знаний, умений и навыков, понимая свои ограниченные возможности.

Часто близкие ребёнка-инвалида сами пребывают в состоянии хронического стресса , вызванного болезнью дитя, обстоятельствами его лечения, высоким уровнем тревожности, социальной робостью, явно заниженной самооценкой. Они редко вступают в контакт с незнакомыми людьми, настороженно относятся ко всем, кто пытается общаться с их детьми, испытывают чувство стыда и вины перед обществом. Гиперопека в таких семьях становится основным или единственным стилем воспитания ребёнка, что ведёт к возникновению выученной беспомощности.

Чтобы преодолеть эти факторы надо решить следующие**задачи**:

- развитие навыков у ребёнка и членов его семьи понимания себя, своих чувств и чувств близких;

- грамотная поддержка родными больного, не забывая о собственных потребностях, делая акцент на его самостоятельность.

-стремление поощрять не болезнь, а здоровье.

Атмосфера поощрения во время занятий физической культурой и спортом состоит из следующих правил:

-не лишать ребёнка возможности заботиться о себе самом;

-поощрять любые проявления его инициативы,

-отмечать его успехи в физическом развитии;

-по мере достижения успехов резко не сокращать внимание к нему, чтобы у ребёнка не создалось впечатления о потере внимания к нему.

-необходим добросовестный контроль за качеством умений и навыков;

-продолжение эмоционального и интеллектуального развития, чтобы он не чувствовал себя бесконечно отставшим от сверстников, а так же , чтобы у ребёнка даже на бессознательном уровне формировалось ощущение , что у него есть реальные возможности применения своих навыков и умений в предстоящей взрослой жизни.

На протяжении всей своей педагогической деятельности убеждаюсь, что через любовь и доброе отношение как к здоровым, так и к детям с ограниченными возможностями здоровья, можно выработать у учащихся интерес к выполнению физических упражнений во время учебного процесса, а так же к самостоятельным занятиям во внеурочное время по интересам. Надо у детей выработать уверенность в сознании, что они такие же индивиды, как все остальные члены общества.

Учитель физической культуры :

Людмила Болеславовна Молла