

Червякова Светлана Анатольевна
учитель-дефектолог
ГКОУ «МАКЕЕВСКАЯ СШИ №35»
г. Макеевка

План- конспект урока по адаптивной физической культуре с самоанализом

Предмет: адаптивная физическая культура.

Тема урока: **Коррекционные подвижные игры.**

Соблюдение последовательности действий в игре-эстафете «Строим дом».

Цель урока: совершенствование знаний и способов соблюдения последовательности действий в игре-эстафете.

Задачи урока:

Образовательная: способствовать формированию умений и навыков выполнения заданий в команде; развивать навыки контроля и самоконтроля; навыки свободно двигаться и ориентироваться в пространстве, принимать самостоятельно решения в трудных ситуациях.

Коррекционно-развивающая: развитие быстроты двигательной реакции, маневренности, скоростно-силовых качеств; коррекция моторики и двигательных способностей.

Оздоровительная: развивать двигательную сферу (точность координации), правильную осанку, укреплять мышцы стопы.

Воспитательная: содействовать воспитанию решительности, ловкости, смелости, инициативности, волевых качеств в условиях соревнований.

Место проведения: спортивный зал.

Инвентарь: конусы, стойки, свисток; схемы, опоры, сигнальные карточки; игрушечные строительные материалы, строительные машины-игрушки; ведерки с краской, малярные кисти, модели дома; набор геометрических фигур.

Тип урока: смешанный (комплексный).

Класс: 5-Б.

Учащихся по списку: 6, присутствуют 6.

Ход урока:

I. Организационный момент.

Музыка «Гимн строителей». Вход.

Учитель:

- Равняйся, смирно!

Учитель:

- Здравствуйте, ребята!

- Сегодня у нас необычный урок. Поприветствуйте наших гостей (дети здороваются с гостями).

Учитель:

-Класс на 1-2 рассчитайсь! Дети строятся в 2 шеренги.

II. Разминка.

Учитель: перед важным и ответственным заданием нам необходимо выполнить разминку. Чтобы мы стали быстрыми, смелыми, умелыми.

Упражнение №1 «Пружинка»

И. п.- стойка, руки согнуты в локтях

1-2 пружинка, движения руками «маленьких утят»

3-4 пружинка, руками хлопки над головой (2раза)

Следующие хлопки с право у плеча, слева у плеча

Упражнение №2 «Мотаем клубок»

И. п.- стойка, руки правой стороны

1-8 поднимаем вверх «мотая клубок», опускаем влево

1-8 выпрямляем руки, «стреляя» пальцами «зажигая звезды»

Упражнение №3 «Приседание»

И. п. Стойка, руки внизу

1-2-приседание с выносом рук вперед опуская вниз

3-4-поочередно правой- левой рукой по голове

Упражнение №4 «Фонарики»

И. п стойка, руки вперед

1-4 кистями рук движения «вкручиваем лампочки»

5-6 пальцы рук в «замок» к правому плечу

7-8 пальцы рук в «замок» к левому плечу

Упражнение №5 «Гармошка»

И. п стойка, руки на пояс

1-пятки ног врозь, 2-носки ног врозь, 3-4 собрать ноги вместе

Упражнение №6 «Приставные шаги»

1-вправо, 2-влево

Упражнение №7 «Прыжки»

И. п стойка, руки на пояс

1-прыжок вперед, 2-прыжок назад, 3-вправо,4-влево,5-8 вокруг себя

Упражнение №8 Ходьба на месте

-Класс в 1 шеренгу становись!

Учитель:

-Разминку продолжаю я, пусть проснется голова.

-Давайте вспомним, где живут звери. Я буду читать начало стихотворения, а вы – заканчивать его:

Белка живет в ... (дупле),

А где живет собака? (в будке)

Где живет петух? (курятнике)

Где живет корова? (в сарае, коровнике)

А где живут пчелы? (улей)

Лиса, барсук – в ... (норе),

Бобер построил ... (хатку),

А где живем мы с вами, кто скажет мне скорей? (в доме)

- Кто построил теплый дом, чтоб хотелось всем жить в нем? (строитель)

- Кто догадался, что будем делать на уроке (строить дом).

- Вы все правильно сказали. Мы будем развивать внимание, быстроту, скорость реакции говорить о строителях и строить дом. Из чего могут построить дом дети? (песок, снег, камень, кубики, краски, карандаши, цветная бумага)

-Вы уже были строителями-художниками, когда нарисовали свой дом на уроке рисования. Многие из вас живут в соседних домах, улицы тоже рядом, поэтому у нас получился целый микрорайон (показать на выставку – рисунков «Мой дом»).

- Все люди, которые строят дома, любые здания - строители. А вы хотите стать строителями? (ответ)

III. Основная часть.

Учитель:

-Сегодня мы строители, поэтому у нас две бригады **1- 2.**

- Конечно, нужно соблюдать правила работы в команде-бригаде. Повторим их.

Дети хором проговаривают:

- 1) Уважай своего товарища.
- 2) Умей каждого выслушать.
- 3) Не согласен – предлагай.

-Так же соблюдать правила безопасного поведения на уроке, во время игр и соревнований.

Учитель:

-За вашей работой будут следить заказчики-жюри. Бригада, которая выполнит быстро и правильно задание получает баллы - электричество в дом (показать на домики, на которые жюри будет крепить лампочки-баллы).

-А я буду прорабом, т.е. это «производитель работ». Прораб раздаёт задания, следит за тем, чтобы рабочие в срок исполняли всё то, что им поручено.

Учитель: поиграем в дидактическую игру «**Строительные специальности**». Болельщики принимают активное участие!

- Я называю занятие, вы должны назвать строительную специальность:

1. Чинит водопровод и канализацию (водопроводчик).
2. Кладет керамическую плитку на стены (плиточник).

1. Занимается оформлением квартиры, подбирает красивые цвета стен, штор, полов и других вещей в доме, занимается внешним видом комнат и дома (дизайнер).

2. Вставляет стекла (стекольщик)

1. Кладет кирпичи, строит стены домов (каменщик).
2. Делает из дерева двери, окна, деревянные лестницы (плотник).

1. Прокладывает провода, чинит электрические приборы (электрик).

2. Красит стены, белит потолки (маляр).

1. Кроет крышу здания (кровельщик).

- Обратите внимание, ребята. Вы уже начали освещать свои дома (показать на домики, где жюри прикрепили лампочки-баллы за первое задание)

- С чего же начинается строительство любого здания?

- Кто придумывает, чертит план дома? (архитектор- составляет проект, чертит план, рассчитывает размеры дома)

- Архитектор придумывает и рисует дома на бумаге. А строители воплощают его чертежи в жизнь.

Игра «Танграм -дом»

-Архитектор предложил проект-чертеж здания.

-Первым делом посмотрите. Ознакомьтесь с чертежом. Каждая бригада должна сложить из деталей Танграм такой же домик.

Готовы? Выполняем.

-Уважаемый архитектор просим вас проверить, как юные строители справились с заданием (пригласить члена жюри для оценивания).

-Теперь мы видим, что вы умеете читать чертежи. У вас дружные бригады. Получите баллы- лампочки!

Учитель:

-Почему строители надевают каску? (ответы)

-А что такое техника безопасности? (соблюдение правил: дистанция, интервал)

-Ребята, что самое главное на уроках физкультуры? (техника безопасности)

-Поэтому нашу эстафету вы передаете, надевая условную каску строителя.

Учитель:

Дома бывают разные.

- Если дом сделан из кирпича, он какой? (кирпичный дом)

- Если дом сделан из камня, он какой? (каменный дом)
- Если дом сделан из дерева, он какой? (деревянный дом)
- Если дом построен из панелей, то он какой? (панельный)
- По расположению на местности, если стоит на территории города? (городские)
- Если расположен в деревни? (деревенские)
- Какие бывают дома по размеру? (большие и маленькие).

Игра «Инструменты строителя»

Учитель:

- Команды строителей, чертежи вы читать умеете, строительные специальности знаете, быстро и правильно выполнять задания научились.

Знаете ли вы строительные инструменты? Рассмотрите все предметы в ведерке. Нужно сложить в ящик для инструментов только те, которые назовем.

Детям предлагаются игрушки инструментов и орудий труда. Среди игрушек еще лежат принадлежности для врача, парикмахера и т.д.

Игра – эстафета «Маляры»

Учитель:

-Посмотрите на это орудие труда (учитель показывает настоящую малярную кисть). Как он называется? Кому она помогает в работе? (малярам)

Учитель:

-Маляры готовят под окраску бетонные, деревянные и металлические конструкции. Поверхности окрашивают вручную или при помощи валиков, краскопультов.

Штукатуру- маляру необходимы физическая выносливость, подвижность тела и рук, их координация, чувство равновесия, хорошее зрение (острота, цветоразличение), хороший глазомер, наглядно-обзорное мышление и память. Они должны быть аккуратными.

Учитель:

Украшать – забота маляра,

Маляром быть сложно

Но научиться можно.

-Хотите попробовать себя в роли маляра?

Каждая бригада должна аккуратно закрасить свой дом, работаете в паре.

Звучит песня «Раз кирпичик, два кирпичик...». Дети в паре бегут, берут малярную кисть, красят элемент дома и возвращаются к бригаде.

Учитель:

-Современный дом не построить без помощников – строительных машин.

О машинах помощниках я буду рассказывать, а ребята показывают игрушки-машины.

1. Самосвал.

Самосвал - важная строительная машина.

Для любого малыша,

Настоящая мечта-

Грузовик с большой кабиной,

Чёрный кузов и борта,

Чтоб на нём возить песок,

Гравий, листья и совок,

Чтобы много груза брал,

Наш любимый самосвал!

2. Башенный кран.

Подъемный кран нужен для строительства высоких домов. Еще его называют башенный кран. Башенные краны используют для поднятия тяжелых грузов на большую

высоту, такие как бетонные плиты, кирпичи и другие строительные материалы. Им управляет крановщик.

Кран состоит из башни с кабиной и лестницей для крановщика, стрелы, и крюка, за который цепляют груз.

3.Автокран.

Поднимает, опускает, переносит тяжелые грузы автокран. Управление автокраном – это тяжелая, но интересная работа. При строительстве автокраны обычно применяются при укладке фундамента, т. е в самом начале строительства дома.

4.Бетономешалка.

Из бетона ставим стены.

А замесить раствор поможет

Машина-бетономешалка.

чтобы бетон получился на славу,

Машина, мешает его внутри барабана,

то справа налево, то слева направо.

5. Экскаватор.

Экскаватор - важная строительная машина. Он роет фундамент дома, ров и котлован для воды, газа. Всю работу выполняет железной мощной рукой-ковшом.

Игра «Построй дом»

Учитель:

-Мы сейчас поиграем в игру «Построй дом».

-Врассыпную по залу, как едет самосвал, марш!

По количеству сигнала свистка (например, 3 сигнала) дети берутся за руки и изображают крышу втроем. Учитель проверяет количество учащихся в «домике».

-Врассыпную по залу, как движется бетономешалка. Сигнал 4 раза (крыша из 4 человек).

-Врассыпную, как работает автокран. Сигнал 2 раза (крыша из 2 человек).

-Врассыпную, как трудится экскаватор (крыша из 4 человек).

-Команды, на свои места- высоко на носках марш!

Дети перестраиваются в свои бригады.

Учитель:

-Мы сейчас поиграем в **игру «Построй многоэтажный дом».**

На полу начерчена линия, обозначающая старт. На расстоянии до 5 метров стоит исходный модуль, на котором будет строиться «дом». Ребенок встает в колонну с другими детьми. По сигналу (свисток учителя или касание рукой) ребенок с одним из модулей в руках прыгает бежит к исходному модулю, кладет свой модуль сверху, бегом возвращается назад и касается рукой следующего игрока. Побеждает та команда, которая быстро и правильно сложит детали.

VI. Рефлексия

Учитель:

-Юные строители, оцените работу своей бригады.

Если вы не совсем довольны собой, если иногда ошибались, то погладьте себя по голове.

Если вы были внимательны и выполняли все быстро и правильно - похлопайте себе громко.

Учитель:

-Вы громко дружно хлопали, мы думаем, что вы настоящие строители!

Целый день тук да тук,

Раздается громкий стук.

Строят дом, дом большой,

И с крылечком, и с трубой
Снова тук да тук,
Раздается громкий стук.
Вот уже и окно,
Навстречу солнышку распахнуто оно!
Приходите в гости, приходите,
И с собою деток приводите,
Гости для хозяина награда
Мы вам будем рады,
Очень рады, да-да!

Учитель:

-А теперь слово предоставляем нашим гостям – заказчикам (после объявления итогов, жюри преподносит детям в ящике инструментов конфеты).

Дети получают сладкие призы. Благодарят. Звучит песня-выход из зала.

САМОАНАЛИЗ УРОКА ПО АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ.

Урок проводился в 5 Б классе, вторым уроком по расписанию, в спортивном зале. В классе 6 человек, на уроке присутствовало 6 человек.

По структуре дефекта класс однороден, все учащиеся имеют диагноз F-71.0., спец. мед. группа. При подготовке урока старалась учитывать эти данные.

Данный урок по теме «Соблюдение последовательности действий в игре-эстафете "Строим дом"» обеспечивает целесообразный подход в системе уроков АФК, четкость поставленных задач, их мотивационное значение. Структура и содержание урока обеспечивают достижение цели: «Совершенствование двигательных действий в играх-эстафетах».

Урок проходил в проветренном чистом спортивном зале. Инвентарь был приготовлен заранее и расположен в специально отведенном месте.

Урок начался с вопросов-загадок, которые определили соревновательный фон занятий. Была проведена актуализация знаний. Структура урока соответствовала игровой технологии. Разминка была проведена с учётом работы всех групп мышц, чтобы исключить возможность травм на занятии.

Во время проведения эстафет, которые имели игровой характер, ученики развивали ловкость, быстроту, координацию, гибкость, выносливость.

Учащиеся с удовольствием включались во все виды деятельности на уроке: они были жизнерадостны, оптимистичны, открыты в общении со сверстниками. Разновидности ходьбы (на носках, на пятках, на внешней и внутренней стороне стопы) способствовали профилактике плоскостопия, формированию правильной осанки.

В течение всего урока уделялось внимание формированию у детей навыков самоконтроля и самокоррекции состояния здоровья.

На протяжении всего урока мною использовались методы стимулирования, похвалы и мотивации. Стиль общения с учениками доверительный, построен на взаимном уважении. Обучающиеся между собой проявляли находчивость, умение взаимодействовать в группах.

Содержание урока соответствует программному материалу для данного класса.

Соблюдение принципа доступности и систематичности способствует лучшему усвоению программного материала.

Использованный поточный метод в разминке, групповой метод при выполнении упражнений, игровой и соревновательный методы для закрепления изученного, с учётом решения намеченных задач, учебного материала, этапа обучения, уровня подготовленности учащихся, их пола и возраста обеспечивают соблюдение принципа индивидуализации обучения. Наличие элемента самостоятельного поиска решения

поставленной задачи, обеспечивает связь обучения и воспитания. Эта связь прослеживается на всех этапах урока.

Ясность и краткость речевого общения, четкость и точность команд, доступность требований, умение правильно и вовремя произвести впечатление тоном, интонацией стимулируют у учащихся познавательный интерес к двигательному действию.

Результаты урока:

Данный урок продемонстрировал выполнение намеченного плана, реализацию задач.

Учащиеся показали хорошее усвоение данного материала. В процессе урока были решены воспитательные, образовательные, оздоровительные задачи.

Несмотря на положительные результаты урока, следует отметить, что не на всех этапах учебного занятия удалось учитывать индивидуальные физические способности и особенности каждого школьника (Максим Б). Деятельность учащихся в основном носила групповой характер.

Выводы:

1. Соревновательные игры дали возможность направить эмоциональную и умственную активность учащихся на формирование жизненно важных двигательных навыков и развитие физических способностей, улучшение состояния здоровья, снижение утомляемости учащихся, сплочению коллектива.

2. Применяемые на уроке методические приемы содействовали формированию интереса к предмету, мотивационных установок для самостоятельных занятий физическими упражнениями.

3. Совокупность применяемых на уроке средств и технологий обучения позволила оптимизировать двигательную активность обучающихся.

4. На протяжении всего учебного занятия учитывались индивидуальные физические способности и особенности школьников.

Я считаю, что цель урока была достигнута и получены все необходимые результаты.