Государственное образовательное учреждение

школа-интернат № 1 имени К. К. Грота

Красногвардейского района Санкт-Петербурга

**КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЯ**

**Предмет:**адаптивнаяфизическая культура

**Класс:**4

**Учитель:**Давыдова Анастасия Андреевна

**Тема занятия:**Развитие навыка пространственной ориентировки в замкнутом пространстве с сохранением положения правильной осанки

**Тип занятия:**повторительно-обобщающее занятие

**Технология:**педагогика сотрудничества, здоровьесберегающая технология

**Оборудование:** теннисные мячи, массажные кольца, тканевые повязки

|  |
| --- |
| **Цель занятия:**совершенствовать выполнение упражнений на развитие пространственной ориентировки в замкнутом пространстве, сохраняя положение правильной осанки. |
| **Задачи:****дидактические:*** сформировать двигательные умения и навыки;
* проверить и оценить правильность выполнения упражнений, направленных на развитие пространственной ориентировки в замкнутом пространстве, сохраняя положение правильной осанки.

**воспитательные:*** воспитать волевые качества: решительность, чувство товарищества;
* повышать умственную и физическую работоспособность.

**коррекционная составляющая занятия:*** развивать сохранные анализаторы;
* развивать навыки ориентировки в пространстве;
* развивать навык правильной осанки.
 |
| **Планируемые результаты:** |
| **предметные:*** повысить качество выполнения упражнений, направленных на развитие навыка пространственной ориентировки в замкнутом пространстве. (для слепых с ориентировкой на звуковой сигнал, по памяти);
* научиться давать определение таким терминам, как: осанка, правильная осанка, ориентировка в пространстве.
 |
| **метапредметные:*** научиться организовывать собственную деятельность;
* анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда;
* научиться строить продуктивное взаимодействие между сверстниками и учителем;
* научиться давать характеристику и объективную оценку действиям на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.
 |
| **личностные:*** научиться быть дисциплинированным, упорным в достижении целей;
* добиваться умения управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
* доброжелательно и уважительно относиться к объяснению ошибок и способов их устранения по отношению к слепым одноклассникам;
* оказывать посильную помощь и моральную поддержку (слепым сверстникам) при выполнении учебных заданий;
* воспитывать позитивное отношение к критике: корректировать отрицательные реакции на замечания (флегматичность, обидчивость).
 |

**Ход занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| **Деятельность учителя** | **Деятельность обучающихся** |
| 1. **Организационный момент. (1 минута)**
 |
| Строевые упражнения. Команды: «Равняйсь!», «Смирно!». Повороты «Направо!», «Налево!», «Кругом!», «По порядку – рассчитайсь!» | Строятся в одну шеренгу. Выполняют строевые команды (слепые с ориентировкой на осязательные ориентиры и по памяти) |
| 1. **Определение темы и цели занятия. (3 минуты)**
 |
| - Ребята, когда мы заходим с вами в спортивный зал, я вас прошу построиться, например, у гимнастической стенки, что нам помогает выполнить это быстро и правильно?- А как вы считаете, при выполнении различных упражнений, во время игр, нам важно научиться ориентироваться в пространстве?- Хорошо, молодцы!- А когда мы с вами передвигаемся, про что еще мы должны обязательно помнить?- Верно. Подумайте, какая у нас сегодня будет тема занятия?- Правильно. Таким образом, цель нашего занятия: совершенствовать выполнение упражнений на развитие пространственной ориентировки в замкнутом пространстве, сохраняя положение правильной осанки.- Ребята, напомните мне, пожалуйста, что такое осанка?- Молодцы!- А как мы можем проверить осанку, находясь в спортивном зале?- Все верно. | - Ориентировка в пространстве-Да, это необходимый навык! Мы должны хорошо уметь ориентироваться в пространстве, чтобы добиваться успехов, с легкостью выполнять задания и находить нужное место, не теряться. - Про осанку. Мы должны передвигаться, не опуская голову, расправив плечи, выпрямив спину.- Будем развивать навык пространственной ориентировки в замкнутом пространстве, сохраняя правильную осанку.- Это привычное положение тела, когда человек сидит, стоит и передвигается.- Нужно подойти к стенке, встать к ней вплотную спиной в привычной для нас позе; если в этом положении мы касаемся стены затылком, лопатками, ягодицами, икроножными мышцами и пятками, то у нас правильная осанка. |
| 1. **Актуализация знаний (воспроизведение и коррекция опорных знаний.**

**(4 минуты)** |
| - А с чего же мы начинаем каждое наше занятие? - Для чего мы ее выполняем?Учитель раздает каждому ученику массажное кольцо.- Посмотрите и определите, что я вам раздала?Выполняем следующие упражнения: * ходьба на носках, руки к плечам, массажное кольцо на голове;
* ходьба в полуприседе, руки за спину, массажное кольцо на голове;
* ходьба, высоко поднимая бедро, руки на пояс, массажное кольцо на голове.

- Мы закончили с вами разминку в движении. Возьмите массажные кольца в руки.- Скажите, на что можно ориентироваться, кроме зрения, выполняя упражнения в движении?- Давайте перестроимся из одной шеренги в две и будем выполнять общеразвивающие упражнения (ОРУ). «На первый – второй рассчитайсь!» | - С разминки.- Чтобы разогреть наши мышцы.- Массажное кольцо (слепые определяют массажное кольцо с помощью осязательных анализаторов).Выполняют упражнения в движении (слепые - с ориентировкой правой рукой по осязательным ориентирам и по памяти), сохраняя правильную осанку и не роняя массажное кольцо.Учащиеся стоят в шеренге.- На звуковой сигнал, осязание, тактильные ощущения и на память.Учащиеся рассчитываются «На первый – второй!». Перестраиваются из одной шеренги в две (слепые перестраиваются с помощью учителя, слабовидящих обучающихся и по памяти). |
| 1. **Тренировочные упражнения (разогрев) (6 минут)**
 |
| - Ребята, а сейчас мы с вами выполним комплекс общеразвивающих упражнений с массажными кольцами, для того, чтобы разогреть наши мышцы.При выполнении ОРУ учитель следит за тем, чтобы учащиеся выполняли их, сохраняя положение правильной осанки. 1.Исходное положение (и.п.) – стойка ноги врозь, руки вниз, кольцо в правой руке; 1- наклон головы вправо, руки в стороны, кольцо в правой руке;2- и.п., передача кольца сверху над головой;3- наклон головы влево, руки в стороны, кольцо в левой руке;4- и.п. передача кольца снизу за спиной.2. И.п. – стойка, кольцо в двух руках; 1-3 - четыре рывка прямыми руками назад, кольцо в двух руках; 4- и.п.3. И.п. – стойка ноги врозь, правая рука на пояс, кольцо в левой руке; 1-2 – два пружинящих наклона вправо, левая рука вверх;3-4- два пружинящих наклона вперед, руки вверх, переложить кольцо в правую руку;5-6- два пружинящих наклона влево, правая рука вверх;7-8- и.п.4. И.п. – стойка ноги врозь, руки на пояс, кольцо на голове;1–3 – три пружинящих выпада правой ногой вперёд; 4 – и.п.; 5-8 - то же другой ногой.5.И.п. – стойка, руки вперед, массажное кольцо в двух руках;1 – прыжок, ноги врозь, руки к груди; 2- и.п.- «Класс, на месте шагом, марш!»- «Класс, стой, раз, два!»- «Первая шеренга, кругом!»- «Вторая шеренга, приставной шаг вправо, марш!»Ребята, сейчас мы встали с вами таким образом, что оказались в парах. Это нам необходимо для дальнейшей работы. Каждый из вас должен выполнить три шага назад и постараться запомнить расстояние, на которое отошли от партнера. Учитель составляет пары учащихся, учитывая их зрительные возможности. | Ученики выполняют ОРУ с массажными кольцами (слепые ориентируются по памяти, объяснению учителя (который использует специальные методы обучения)), слабовидящие - с помощью зрительного анализатора и по памяти. Выполняют данное упражнение, ориентируясь на метод рассказа и показа, используемыми учителем (слепые обучающиеся выполняют упражнение с ориентировкой на проприоцептивные ощущения, сохранные анализаторы и по памяти.) Слепые ученики выполняют упражнение с ориентировкой на проприоцептивные ощущения, сохранные анализаторы и по памяти. Слабовидящие ориентируются на показ учителя.Выполняют данное упражнение, ориентируясь на метод рассказа и показа, используемыми учителем (слепые обучающиеся выполняют упражнение с ориентировкой на проприоцептивные ощущения, сохранные анализаторы и по памяти.) Выполняют данное упражнение, ориентируясь на метод рассказа и показа, используемыми учителем (слепые обучающиеся выполняют упражнение с ориентировкой на проприоцептивные ощущения, сохранные анализаторы и по памяти.) Слепые ученики выполняют упражнение с ориентировкой на проприоцептивные ощущения, сохранные анализаторы и по памяти. Слабовидящие ориентируются на показ учителя.Выполняют ходьбу на месте, ориентируясь по памяти. Первая шеренга выполняет команду «Кругом!», ориентируясь по памяти.Вторая шеренга выполняет приставной шаг вправо, ориентируясь по памяти.Учащиеся перестраиваются в пары, с помощью команд учителя.Учащиеся выполняют заданное количество шагов и стараются запомнить то расстояние, на которое они отошли от партнера, чтобы при выполнении упражнений его воспроизвести, во избежание трудностей.  |
| 1. **Закрепление (совершенствование) (12 минут)**
 |
| Упражнения в парах:И.п. - стоя лицом друг к другу на расстоянии шести шагов, массажное кольцо на голове.1.Ребята, по свистку, вы начинаете выполнять вперед три шага, жмете друг другу руку и здороваетесь с партнером, затем выполняете поворот на 180° и возвращаетесь назад в и.п, выполняя тоже количество шагов. Ваша задача, выполнять упражнение, сохраняя положение правильной осанки, чтобы массажное кольцо не упало, и закреплять навык ориентировки в пространстве, чтобы с легкостью доходить до партнера и возвращаться в и.п. максимально точно. Учитель следит за правильным выполнением упражнения.2. Ребята, по свистку, вы начинаете выполнять вперед три шага, беретесь с партнером за руки и выполняете 4 приседания, затем выполняете поворот на 180° и возвращаетесь назад в и.п., выполняя тоже количество шагов. Ваша задача, выполнять упражнение, сохраняя положение правильной осанки, чтобы массажное кольцо не упало, и закреплять навык ориентировки в пространстве, чтобы с легкостью доходить до партнера и возвращаться в и.п. максимально точно.Учитель следит за осанкой, за правильным выполнением упражнения.Учитель раздает учащимся теннисные мячи.И.п. - стоя лицом друг к другу на расстоянии шести шагов, массажное кольцо + мячик на голове.3. Ребята, по свистку, вы начинаете выполнять вперед три шага, жмете друг другу руку и здороваетесь с партнером, затем выполняете поворот на 180° и возвращаетесь назад в и.п., выполняя тоже количество шагов. Ваша задача, выполнять упражнение, сохраняя положение правильной осанки, чтобы массажное кольцо не упало, и закреплять навык ориентировки в пространстве, чтобы с легкостью доходить до партнера и возвращаться в и.п. максимально точно. - Ребята, как думаете, на что были направленны данные упражнения?«На тактильную полосу в одну шеренгу, становись!»«От направляющего на вытянутые руки в стороны разомкнись»Учитель забирает у учащихся теннисные мячи и раздает повязки..И.п. – стоя у гимнастической стены, приняв положение правильной осанки.1.Каждый из вас будет выполнять ходьбу вперед в повязке на звуковой сигнал (хлопки, колокольчик), сохраняя правильную осанку, с массажным кольцом на голове. Как только дойдете до места, где слышите сигнал, вы получите в руки мячик, который необходимо положить на голову в массажное кольцо и дальше продолжить движение, когда во второй раз дошли до места, где звучал звуковой сигнал, вы останавливаетесь, снимаете массажное кольцо, которое будете держать в руках и мячик, который отдаете мне. Данное упражнение будем выполнять по очереди. Те учащиеся, которые еще ждут или уже выполнили его, осуществляют следующее: стоя на месте упражнения с массажным кольцом:- сжимать / разжимать кольцо двумя руками- сжимать / разжимать кольцо поочередно правой и левой рукой- перебирать массажное кольцоУчитель забирает у детей массажные кольца.2. Ребята, сейчас усложним задачу. Я произнесу фразу, например, «Марта, подойди, пожалуйста, ко мне», как только я закончу ее произносить, тот ученик, чье имя я назвала, должен дойти точно до меня, то есть, до того места, где услышали звук. Фразу я произнесу только один раз, будьте внимательней.- Ребята, а эти упражнения, на что были направлены, как думаете? «В одну шеренгу на тактильную линию вдоль гимнастической стенки, становись!» | Учащиеся принимают исходное положение и готовятся к выполнению упражнений.Слепые ученики выполняют упражнения, ориентируясь на слуховой анализатор и по памяти.Выполняют данное упражнение, ориентируясь на метод рассказа и показа, используемыми учителем. Слепые обучающиеся выполняют данное упражнение, ориентируясь на метод рассказа и показа, используемыми учителем, и ориентируясь на проприоцептивные ощущения, сохранные анализаторы и по памяти. Слабовидящие обучающиеся выполняют упражнение, ориентируясь на зрительный анализатор, звуковой сигнал и по памяти. Учащиеся принимают исходное положение.Учащиеся выполняют данное упражнение, ориентируясь на метод рассказа и показа, используемыми учителем (слепые обучающиеся выполняют упражнение с ориентировкой на проприоцептивные ощущения, сохранные анализаторы и по памяти.) - Упражнения были направлены, на формирование навыка правильной осанки и умение ориентироваться в пространстве.Строятся в одну шеренгу (слепые с ориентировкой на осязательные и тактильные ориентиры, по памяти и с помощью одноклассников)Учащиеся размыкаются.Учащиеся держат повязки и массажные кольца в руках, надевают их только тогда, когда начинают выполнять упражнение. Учащиеся принимают исходное положение.Учащиеся выполняют данное упражнение, ориентируясь на метод рассказа и показа, используемыми учителем, с ориентировкой на проприоцептивные ощущения, сохранные анализаторы и по памяти.Учащиеся, стоящие на тактильной линии, выполняют упражнения с массажными кольцами.Учащиеся, услышав одну фразу, должны понять, на каком расстоянии находится учитель, и дойти до него, сохраняя положение правильной осанки.Ученики выполняют данное упражнение, ориентируясь на метод рассказа, используемый учителем, с ориентировкой на проприоцептивные ощущения, сохранные анализаторы и по памяти.- Данные упражнения были направлены, на развитие пространственной ориентировки в замкнутом пространстве с сохранением положения правильной осанки. Развивали мелкую моторику, когда выполняли задания с массажными кольцами в руках.Учащиеся находят гимнастическую стенку, ориентируясь на сохранные анализаторы и по памяти. |
| 1. **Рефлексия. (2 минуты)**
 |
| Итак, что мы хотели сделать сегодня на занятии? Какая цель занятия у нас сегодня была? А мы смогли ее достичь?  | - Выполнить упражнения в парах, индивидуально, направленные на развитие правильной осанки и ориентировки в пространстве.- Совершенствовать выполнение упражнений на развитие пространственной ориентировки в замкнутом пространстве, сохраняя положение правильной осанки.- Да, у нас получилось достичь цели.  |
| 1. **Подведение итогов (2 минуты)**
 |
| Как вы оцениваете свою работу на занятии? Смогли ли вы достичь положительных результатов?Учитель подводит итоги.- Ребята, каждый из вас сегодня на занятии старался выполнять упражнения правильно. Вы большие молодцы. Были некоторые недочеты, над которыми мы будем работать на следующих занятиях, исправлять их. Я довольна вашей работой на сегодняшнем занятии.- «Равняйсь!», «Смирно!». Занятие закончено. До свидания. | - Да, мы усовершенствовали выполнение упражнений.- Я очень старался, у меня получалось выполнять упражнения, не роняя массажные кольца и мячи. - Иногда мы теряли мячик, но быстро его находили и исправлялись, периодически было сложно ориентироваться, чтобы дойти до звукового сигнала. Но с каждым разом становилось проще. - Не удалось четко выполнить общеразвивающие упражнение в первой половине урока.- До свидания!Учащиеся поворачивают направо и организованно выходят из спортивного зала, ориентируясь на сохранные анализаторы и по памяти. |