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 кольцо  Учитель 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. | |