Конспект урока №2

по физической культуре для 5го класса

(сложный дефект)

Задачи урока:

1. Формировать двигательную реакцию на сигнал, продолжить обучение игру «Слушай сигнал!»

2. Начать обучение прыжкам на двух ногах с небольшим продвижение вперед.

3. Начать обучение имитационной игре «Заиньки перебегают».

4. Продолить обучение упражнениям на равновесие.

Место проведения занятий: детская комната

Оборудование: муз.плеер, свисток, шапочки зайчика и волка, кубики для перешагивания, клейкая лента для разметки, кегля.

Словарь: свисток, сигнал, прыжки, вперед, назад, перебегать.

Ход урока:

Сбоку комнаты ложу на пол детский обруч. В середине комнаты размечаю клейкой зеленой лентой коридор, шириной 25 см, длиной 2 м, и горизонтальными полосками через 25 см. Предлагаю ребенку занять место в обруче в положении о.с. Поправляю положение рук и ног, осанку ребенка.

1. Упражнение «Потянуться к солнышку», опустить руки в и.п о.с.

2. По хлопку свободный бег по комнате, по свистку вбежать в обруч, «потянуться к солнышку».

3. Стоя в обруче, пальчиковая гимнастика, упр.«Вьюнок», «Светофор», «Потопаем немножко и похлопаем в ладошки, топ-топ-топ, хлоп-хлоп-хлоп»

4. Обучение имитационным прыжкам «Лягушка».

а) Прыжки на месте произвольно (как воробушек)

б) Произвольные прыжки, руки на поясе

в) Прыжки по дорожке из квадрата в квадрат, руки свободно

г) Свободные перебежки под музыку

5. Упражнения на равновесие, ходьба по узкой дорожке, не наступая на линии, руки свободно (тянуть носок, туловище, голова прямо, смотреть на учителя)

6. Имитационная игра «Заиньки перебегают».

Одеваем шапочку зайчика ребенку, волка учителю, включаю запись песенки: «Заиньки перебегают то лужок, то лесок, (свободный бег с прыжками) Земляничку собирают, скок да скок, скок да скок, (наклоны) Здесь полянка мягче шелка, оглянись, оглянись,(повороты головы) Берегись лихого волка, берегись, берегись, (повороты головы и плеч) Заиньки уснули сладко, лес шумит, лес поет, (ладошки под щечку о с одой стороны, то с другой) Убегайте без оглядки, волк идет, волк идет (зайчик бежит от волка в домик (обруч)). Повторяем 2 раза.

Затем ложу обруч в центре комнаты, ставим в него 2 кегли и предлагаю мячом выгнать из домика зайца 2 волков.

В конце занятия предлагаю потопать и похлопать в ладошки вместе с учителем («Мы потопаем немножко, мы похлопаем в ладошки, топ-топ-топ, хлоп-хлоп-хлоп»).

Методическое указание: занятия предполагают вариативность в зависимости от физического и психического состояния ребенка-аутиста. Занятия обязательно будут иметь хотя бы минимальный результат: обязательно повысится эмоциональное состояние ребенка, улучшится наглядно-действенное психическое состояние, увеличится физическая нагрузка, что постепенно будет приводить к повышению уровня сформированности как двигательных, так и мыслительных операций.