Конспект урока №4

по физической культуре для 5го класса

(сложный дефект)

Задачи урока:

1. Учить строиться на занятии по сигналу учителя.

2. Продолжить обучение свободному бегу по кругу и команде: «свисток-остановка».

3. Закрепить умения выполнения комплекса упражнений с флажками.

4. Учить ловле и передаче учителю мяча двумя руками от груди и снизу.

Словарь: мяч , флажок, бег, сигнал, снизу, прямо.

Оборудование: флажки разных цветов (4), свисток, мяч(2), мыз.плеер.

Ход урока

1. Учу ребенка строиться на начало занятия по жестам рук учителя. По команде: «На занятия становись!», по жесту руки учителя слева, ребенок строится слева. По жесту правой рукой, справа. Приучаю к команде: «Слева стройся», «справа стройся», «впереди стройся».

2. Упражнения на внимание: хлопок-бег по кругу, свисток-остановка.

3. Свободный бег по кругу:

1)За учителем

2)За учеником

Учить движению руками вперед-вверх, назад-вверх, бег умеренный (что для данного ребенка очень трудно выполнить).

4. Упражнения с флажками. Повторяем комплекс упражнений урока №3. Перед выполнением учим четверостишие:

«Песню пой, песню пой

Мой флажок всегда со мной

На зарядку становись,

Опусти флажочки вниз».

После комплекса упражнений, упражнение на внимание. Предлагаю ребенку положить флажки в обруч и взять из обруча мяч.

5. Упражнения со средним мячом:

1) И.п сидя на полу, ноги врозь

В. Катание мяча к учителю, прием мяча от учителя.

2) И.п сидя на полу, ноги врозь

В. Катание мяча к учителю. Принял мяч, подними вверх, посмотри на мяч.

3) И.п стоя на коленях

В. Катание двух мячей навстречу друг другу (от учителя и от ученика).

4) И.п ноги врозь на ширине плеч

В. Переложить мяч из левой руки в правую. Сначала по короткой траектории, постепенно увеличивая траекторию.

5) И.п ноги врозь на ширине плеч

В. Броски мяча двумя руками снизу (4-6).

Учить передавать мяч без сгибания рук, провожать мяч.

6.Танцевальные упражнения произвольно под музыку.

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.