**Конспект урока по ритмике**

**для обучающихся 3 специального класса VII вида**

Дата проведения: 29.02.2012 г.

Место проведения: спортивный зал

Время проведения: 40 мин

Инвентарь: магнитофон, флажки, шарики, кегли.

Тип урока: комплексный урок

 Вид урока: урок - игра

**Цель:**

Укрепление психического и физического здоровья школьников в условиях школьного обучения: развитие эмоциональной выразительности, творческих и координационных способностей.

**Задачи**:

1. ***Учебные***: учить детей запоминать последовательность движений при выполнении комплекса упражнений с флажками, координировать свои движения под ритм звучащей музыки. Формировать двигательные навыки: подскоки, «фигурные» хлопки, шаг галопа.

 2. ***Коррекционные****:* корректировать начало и окончание движений с началом и окончанием музыки; изменять темпоритм движений в определенной последовательности в соответствии с текстом; четко произносить слова и их окончания; координировать движения в играх и танце.

 3. ***Воспитательные***: воспитывать уверенность при выполнении поставленных задач.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Учебный материал | Дозировка | Организационно-методические рекомендации |
| **I Подготовительная часть**1. Построение. Сообщение задач. Приветствие.
2. Ходьба под марш «Веселые путешественники»:

- обычная ходьба;- руки за голову, ходьба на носках;- руки за спину, ходьба на пятках;- обычная ходьба. 3. Бег:  обычный; с захлестыванием голени назад; с выбросом прямых ног вперед; бег с заданиями по сигналу.4.Упражнения в ходьбе на дыхание**II Основная часть**1. Перестроение в три шеренги для выполнения комплекса упражнений с флажками
2. Комплекс упражнений с флажками под песню «Друзья» в исполнении группы «Барбарики»

 И.п. – стойка ноги врозь1. - левую вперед
2. - и.п.
3. - правую вперед
4. - и.п.

И.п. – то же 1 – руки вперед; 2 – и.п.3 – руки в стороны;4 – и.п. И.п. – то же1 – руки вперед;2 – руки вверх;3 – руки в стороны;4 – и.п. И.п. – руки в стороны 1 – правую руку вверх, наклон к левой руке;2 – и.п.;3 – левую руку вверх, наклон к правой руке;1. – и.п.

И. п. – руки в стороны1 – круговое вращение левой рукой вовнутрь;2 – и.п;3 – круговое вращение правой рукой вовнутрь;4 – и.п. И.п.- стойка руки в стороны1 – наклон вперед прогнувшись ,флажки вперед;2 – и.п.; И.п.- стойка руки в стороны1 наклон руки дугами вовнутрь описывают круг;2 - и.п И.п. – то же1 – мах левой, флажки вперед;2 – и.п. И.п. – то же1 прыжок ноги вместе, флажки дугами вверх;2 – ноги вместе, флажки дугами вниз Ходьба на месте на 8 счетов И.п. – о.с.1 – прыжок ноги вместе, флажки дугами вверх;2 – прыжок ноги вместе, флажки дугами внизХодьба на месте на 8 счетовПерестроение в одну шеренгу1. Выполнение в колонне под музыкальное сопровождение танцевальных шагов: приставной шаг, шаг галопа, подскоки.
2. Дыхательные упражнения.
3. Игра «Космонавты»

Обучающиеся берутся за руки, идут по кругу и произносят слова:Ждут нас быстрые ракеты, для прогулок по планетам, на какую захотим, на такую полетим. Но в игре один секрет - опоздавшим места нет!"После этих слов обучающиеся разбегаются по залу и занимают свои «ракеты» (обручи). Кому места не хватило, получает штрафное очко.Тоже с музыкальным сопровождением1. Упражнения в ходьбе на дыхание
2. Перестроение в 2 колонны
3. Эстафеты:
* С началом музыки капитаны команд бегут до линии, собирают по 2 шарика определенного цвета;
* У каждого игрока по 2 шарика. С началом музыки капитаны бегут до обруча, становятся в него и стараются шарики забросить в «центрифугу»;
* Перед командами стоят кегли разных цветов. Под всеми кеглями есть листы с буквами. Каждый член команды должен принести по одной кегле и вся команда должна собрать слово, зашифрованное на листах.
1. Игра «Салки»:

Обучающиеся идут в колонне по одному по залу под музыкальное сопровождение. Как только музыка обрывается, учитель называет имя ученика, который становится салкой, все остальные обучающиеся разбегаются по залу и салка начинает их прикосновением руки «салить». Осаленные ученики принимают «упор присев» .**III Заключительная часть.**1. Дыхательные упражнения.
2. Построение. Подведение итогов. Домашнее задание.

  | **7 мин.30 сек**1 мин.1мин 30 сек30 сек30 сек30 сек30 сек4 мин1 мин30 сек30 сек30 сек1 мин 30 сек1 мин**30 мин**2мин 30 сек2 раза2 раза4 раза4 раза2 раза4 раза4 раза4 раза8 раз3мин.30 сек1 мин.2 мин2 мин.1 мин30 сек2 мин2 мин2 мин2 – 4 раза**2 мин 30 сек**1 мин1 мин 30 сек | Спина прямая, локти развернуты в стороны. Голова смотрит прямоПлечи не наклонятьТемп средний, дистанция 1 шагСледить за согласованной работой рукСледить за последовательностью движений рук с флажкамиГолова смотрит прямо, ноги прямыеПлечи не наклонятьСлушать такт, следить за координацией работы рук и ногСледить за координацией работы рук и ногДвижение по кругу, «змейкой». Руки не расцеплять во время движенияПередвижение легким бегомВыиграет команда, игрок которой первым финиширует. Выигрывает команда, которая первая финишировала и набрала большее количество заброшенных шариков.Выигрывает команда, первая собравшая слово.Игра продолжается до сигнала учителя. Подсчитывается количество «осаленных». С началом музыки обучающиеся выстраиваются в колонну по одному за направляющим и маршируют по залу.  |

**Объявление.**

1. **марта 2012 года**

**на школьном стадионе**

**состоятся**

**«ВЕСЕЛЫЕ СТАРТЫ НА СНЕГУ»**

В соревнованиях участвуют обучающиеся **1 - 4** классов.

Команды по **6** человек .

Начало соревнований в **14.00**