**Предмет: Адаптивная физическая культура**

**Школа: КГУ «Специальная школа-интернат №1» управления образования Павлодарской области, акимата Павлодарской области**

|  |  |
| --- | --- |
| **Раздел:** | Физические нагрузки и здоровье |
| **ФИО педагога**  | Каракулова В.В. |
| **Дата** | 01.02.2024 |
| **Класс** |  2 а | Количество присутствующих: 4 | Количество отсутствующих:1 |
| **Тема** | Здоровьесберегающие технологии на уроках физической культуры |
| **Цели обучения, в соответствии учебной программы** | Укрепление здоровья, развитие познавательных, сенсорных, интеллектуальных способностей через двигательную активность |
| **Цели урока** Использовать зрительный анализатор для контроля качества исполнения базовых движений. Применять социальные навыки в совместной работе. Развитие остаточного слуха и слухового восприятия. |
| **Ход урока** |
| **Этап урока** | **Действие педагога**Ознакомление с правилами т/б и поведения на уроках.Сообщение темы урока, цели обучения, критерий оценивания, цели урока.Строевые упражнения на месте. « Напра-во!» «Нале-во!»« Шагом марш!»Как называется наш урок?Что такое физическая культура?Что такое здоровье? Что нужно делать чтобы сохранить здоровье? | **Действие ученика**Внимательно слушают. Отвечают на вопросы. Выполняют упражнения на месте. | **оценивание** | **Ресурс****Карточки****по теме урока** |
| Создание положительного эмоционального настроя**.**7 минАктуализация жизненного опыта. Целеполагание.7 мин | **Создание положительного эмоционального настроя.**Здравствуйте ребята! Сегодня мы будем выполнять упражнения для сохранения нашего здоровья, говорить красиво на уроке . Давайте вместе будем учиться помогать своему здоровью с помощью физических упражнений и игр. Давайте друг друга поприветствуем с помощью «Веселых карточек» **Актуализация жизненного опыта по выбору учителя.** Сегодня на уроке мы с вами будем выполнять упражнения и играть в игры с предметами. Но сначала мы проведем разминку. Вы знаете, что при беге и ходьбе нужно соблюдать дистанцию, резко не останавливаться, слушать внимательно учителя, не кричать, быть осторожными при выполнении прыжков, бросках мяча. **ИГРА РАЗМИНКА** Каждый из учащихся берет по три кубика ( синий, красный, желтый) и выстраиваются в круг. Нужно выполнять различные общеразвивающие упражнения в движении. По сигналу каждый учащиеся встаёт возле кубиков и поднимает тот кубик, который указал учитель и поднимает кубик в верх.На носках, руки на поясНа пятках руки к плечамС отведением прямых ног вперед, руки на поясС отведение прямых ног в стороны, руки за головуЗахлест голени ,руки к плечамХодьба на четверенькахУпражнение « Краб»Ходьба сидя ,руки на коленяхУпражнение «Паук»Упражнение «Вертолет»Молодцы, хорошо размялись. Я думаю, что вы готовы играть.     | Учащиесяслушают и понимают речь других, вступать в беседу, совместно договариваться о правилах общения и поведения Проговаривают слова с карточки считывание с губ Техника безопасности на уроках физической культурыПовторяют за учителем слушают счетПроговаривают четкословаКонтролирует ориентир  |  | **Отметить лучших** |
|  |  |  |  |  |
| Середина урока20 мин | **Игры и упражнения с предметами.****№1. «Точно в цель»**И.п.: оснавная стойка. Дети встают парами напротив друг друга. Под номером один берут фишки в руки, вторые номера встают около корзины и бросают мячики первым номерам точно в цель. Дети под номером один должны поймать мячик и положить в корзину. После подсчета очков меняются местами.**№2 «Кто быстрее»** И.п сидя на полу. Дети разбиваются парами. На полу лежит обруч, нужно подкинуть воздушный шарик и успеть взять мячик из корзины и положить его в обруч, чтобы воздушный шарик не упал. Игра продолжается по истечению шариков в корзине. **№3 игра « Части тела»**И.п.: сидя. Раскладываются карточки с названием и картинкой частей тела на пол. Дети по очереди должны выбрать картинку и соотнести ее с названием на карточке. Каждый показывает часть тела которую выбрал на своем соседе. Дети должны четко прочитать и проговорить название части тела. Выбери карточку!Что ты видишь на картинке?Красиво прочитай словоВыбери правильную картинку и подбери ее к словуПокажи часть тела, которую ты выбрал на своем соседе справа**Упр.№4. « Выбери цвет»**И.п.: сидя на полу. В ряд выставляются фишки разных цветов ( синий, красный, желтый, оранжевый, зеленый) дети по очереди выходят к фишкам. Учитель выбирает цвет например: желтый и красный. Ребенок должен быстро выбрать оставшиеся цвета. И проговорить предложение четко и красиво: Я выбираю оранжевый и зеленый цвет. Упражнение выполняют по очередиДалее выполняем все тоже самое только учитель называет один цвет фишки и катит мяч по прямой. Ребенок дожен выбрать цвет фишки и догнать шарик и накрыть его фишкой.                                                                                       | Учащиеся выражают одну законченную мысльВыполняют упражнения по сигналу учителяОтвечают на вопросыМячикиКарзинкиОбручифишкиКарточкикартинкиВыполняют упражнения по сигналу учителяОтвечают на вопросыУчащиеся выражают одну законченную мысль | ФО | компьютер Отметить лучших установка на здоровый образ жизни, развитие самостоятельности и личной ответственностиОтметить лучших |
| **Конец урока****Итог урока. Рефлексия.****5 мин** | **Итог урока****Рефлексия.****Звуковая гимнастика.**Сначало делают глубокий вдох носом, а на выдохе громко и энергично произносят звуки:**"А"** - воздействует благотворно на весь организм.**"И"**- воздействует на мозг, глаза, нос и уши.**"О"** - .воздействует на сердце и лёгкие.**"У"** - воздействует на органы, расположенные в области живота. **Звуки:****О-И-А-Я**- массаж сердца**О-У-М**- стабилизирует кровеносную систему  **Закрепления учебного материала**Заполнение ассоциативной карты «-Запомни». У каждой команды своя карточка. Ученики группой подбирают правильные карточки названий игр, изученных на уроке. **Итог урока. Рефлексия.**Учащиеся оценивают друг друга. | Упражнение выполняется стоя.Дыхание спокойное, ровноеОписание: hello_html_4bae730d.jpg | ФО | Ступеньки успеха для каждого ученика. |