

Государственное казённое общеобразовательное учреждение
«Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа - интернат № 19
г. Изобильного, Ставропольского края.

Конспект
урока физического воспитания
во 2 «А» классе на тему:
Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги»

Выполнила: учитель
физического воспитания
Афанасенко Е.В.

г. Изобильный 2016 г.

Ход урока

- I. Организационный момент 5 минут.
- II. Построение детей в шеренгу. Сдача рапорта.
Подготовительная часть 10 минут.
 - а). Бег в чередовании с ходьбой; спиной вперёд.
 - б). Ходьба в приседе.
 - в). Бег приставным шагом правым и левым боком.

Общеразвивающие упражнения

1. И.п. Руки на поясе. Наклоны влево, вправо под счёт. 4-бр. Вернуться в исходное положение.
 2. И.п. Руки на поясе. Прыжки «шире шаг», левая, правая нога вперёд. 4-бр. Вернуться в исходное положение.
 3. И.п. Руки на поясе. Выпад ногой вперёд. Согнув колено, спина прямая. Чередую ноги левая, правая. 4-бр. Вернуться в исходное положение.
 4. И.п. руки по швам. Наклоны головой влево, вправо «Тик-так, тик-так». 4-бр. Вернуться в исходное положение
 5. И.п. Руки по швам. Сжав кулаки. Взмахи прямыми руками. Чередую левая, правая 4-бр. Вернуться в исходное положение
 6. И. п. Упор лёжа. Отжимание от пола (для мальчиков) или от скамейки (для девочек). Выполнять в меру своих сил.
 7. И. п. Упор сидя. Накачивание пресса. 4-6 р. Выполнять в меру своих сил.
- III. Тема.** Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги» на результат.

Цель: учить детей выполнять прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги» на результат.

Задачи: добиваться умения показывать хорошие результаты, закреплять умение отталкиваться от определённой черты одной ногой и правильно мягко приземляться на обе ноги, не заваливаясь назад. Отрабатывать прыжки через скакалку на месте. Развивать ориентировку в пространстве и координацию движений. Совершенствовать игровые навыки в подвижной игре «Третий лишний». Побуждать детей играть, соблюдая правила игры. Развивать память, мышление в игре (**коррекционная задача**). Активизировать всех детей.

Индивидуальная работа: Уделять внимание и помогать детям, затрудняющимся при выполнении новой темы урока.

Предшествующая работа: Беседа по технике безопасности, при выполнении прыжков в длину с разбега в яму с песком.

IV. Основная часть 25 минут.

1. Обучение прыжкам в длину с разбега способом «согнув ноги».
2. Отрабатывание прыжков через скакалку на месте.
3. Совершенствование игровых навыков в подвижной игре «Третий лишний».

V. Заключительная часть 5 минут.

Построение в колонну по одному. Спокойная ходьба на носочках, на всей ступне.

VI. Итог урока.

Словесные поощрения и замечания по теме урока. Оценки за урок. Организованный уход с урока.

Государственное казённое общеобразовательное учреждение
«Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа - интернат №19
г. Изобильного, Ставропольского края.

Самоанализ
урока физического воспитания
во 2 «А» классе учителя
Афанасенко Елены Викторовны

г. Изобильный 2016 г.

Самоанализ урока

Тема и цели урока сформулированы чётко. Главной дидактической целью урока является обучение детей выполнению прыжков с разбега в длину способом «согнув ноги» на результат; отработка и закрепление прыжков через скакалку на месте; совершенствование и формирование игровых навыков: бега, прыжков. Воспитание дружеских отношений, развитие памяти, мышления, ориентировки в пространстве отражают суть урока.

Содержание урока соответствует теме и цели, доступно учащимся. Отвечает требованиям индивидуального и дифференцированного подхода. Объем учебного материала соответствует норме, обеспечивает активную работу учащихся. Методы и приёмы, использованные на уроке, отвечают возрастным особенностям детей. Которые, способствуют развитию, коррекции, формированию умственных и практических действий. Перед каждым учащимся были поставлены конкретные задачи. Эти задачи были достигнуты. Была проведена индивидуальная работа с Германовым Сашей, Гузинец Аней, Панченко Толей которые затруднялись выполнять задания. После чего дети уверенно исправляли свои ошибки. Получали словесное поощрение. На уроке было использовано необходимое оборудование соответствующее теме урока. Урок чётко спланирован по методике физвоспитания, каждая часть урока выдержана в соответствии с нормами.

Цель каждой структурной части подчиняется главной дидактической цели урока. Хорошо прослеживается взаимопонимание детей с учителем, взаимопомощь между детьми. Атмосфера на уроке благоприятная. Свою работу оцениваю положительно. Поскольку удалось реализовать все поставленные задачи урока. В дальнейшем продолжать работать в этом же направлении: т. е. 1). Добиваться дружеских взаимоотношений учителя с учениками в каждом классе. 2). Давать положительный заряд энергии каждому ученику, уходящему с моего урока, прививать любовь и интерес к физическому воспитанию.

«Урок физкультуры – залог здоровья» - девиз каждого моего урока.

Дата проведения урока: 19. 05. 16 г.

Государственное казённое общеобразовательное учреждение
«Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа - интернат №19
г. Изобильного, Ставропольского края.

Самоанализ
урока физического воспитания
во 2 «А» классе учителя
Афанасенко Елены Викторовны

г. Изобильный 2016 г.

