

СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ИГРА «ТАМ, НА НЕВЕДОМЫХ ДОРОЖКАХ...» ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ С УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ

Л.В.Мокеева

учитель начальных классов

ГБОУ школа-интернат №115 г.о. Самара

Мероприятие относится к спортивно-оздоровительному направлению внеурочной деятельности в рамках Федерального государственного образовательного стандарта для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальные нарушения), которое определяет содержание, организацию внеурочной деятельности и направлено на формирование у обучающихся с умственной отсталостью позиции признания ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья, на расширение знаний и навыков по гигиенической культуре.

Актуальность

В настоящее время задача сохранения и укрепления здоровья детей с ограниченными возможностями здоровья (далее ОВЗ), как физического, так и психического, приобщения их к здоровому образу жизни в современной школе является одной из значимых и приоритетных. Именно образовательное учреждение совместно с семьей призвано вооружить обучающихся с ОВЗ индивидуальными способами ведения здорового образа жизни, нивелируя негативное воздействие социального окружения.

Педагоги нашей школы стремятся включить школьников в различные виды деятельности в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями, создать условия для их творческого самовыражения.

Спортивно-оздоровительные мероприятия проводятся у нас традиционно, при этом каждое из них стараемся сделать особенным, отличным от предыдущего.

Проведение спортивно-оздоровительной игры имеет большое профилактическое и воспитательное значение. Это весёлый праздник, праздник хорошего настроения. С помощью игры мы учим обучающихся понимать, что здоровье – это действительно "наше сокровище", которое нужно беречь и укреплять.

Ц е л ь - формирование жизненных компетенций обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальные нарушения) в области здорового образа жизни.

Методическая цель – изучение способов организации активного спортивного коллективного досуга в воспитании здорового образа жизни обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальные нарушения).

Задачи:

1. коррекционно-образовательные:

- формировать и совершенствовать двигательные навыки обучающихся с ОВЗ;
- расширять представления обучающихся с ОВЗ о правилах гигиены;
- формировать и развивать представления о полезных и вредных привычках, о полезных и вредных продуктах;

2. коррекционно- развивающие:

- развивать мыслительные операции;
- развивать общую моторику и координацию движений;
- развивать внимание, наблюдательность;
- развивать навык работы в команде;

3. коррекционно- воспитательные:

- воспитывать у младших школьников с умственной отсталостью интерес к здоровому образу жизни, занятиям спортом;
- воспитывать дружбу, взаимовыручку.

Технологии: здоровьесберегающие, игровые.

Планируемые результаты:

- формирование желания у младших школьников с умственной отсталостью заботиться о своем здоровье;
- увеличение запаса познавательных представлений, коммуникативных умений у обучающихся 1-4 классов с интеллектуальными нарушениями;
- развитие физических качеств младших школьников.

Время проведения: 13.00 -13.45.

Место проведения: территория школьного двора.

Оборудование: воздушные шары (красный, желтый, зеленый, синий, белый), «ромашка» (лепестки с маршрутами), задания на карточках, осколочные картинки, серии сюжетных картинок по режиму дня, игровой реквизит (предметы гигиены), стойка для игр, магнитофон, микрофон.

Форма проведения: спортивно-оздоровительная игра.

Организаторы: классные руководители 1-4 классов.

Содержание:

Спортивно-оздоровительная игра включает в себя прохождение каждым классом четырех станций под руководством классного руководителя. При этом маршруты движения по территории школы построены таким образом, чтобы команды 1-4 классов не пересекались друг с другом. Общий сбор – «Ромашка». Отсюда же начинается движение по станциям, где ведущий вручает капитанам команд первую часть маршрутного листа. Задача команды найти свою станцию, выполнить задание, отыскать следующую часть плана движения. Задания даются классным руководителем. Упражнения и игры подобраны с учетом индивидуальных, психологических, возрастных особенностей обучающихся, зависят от уровня подготовки класса. При подведении итогов команды получают сертификаты участников игры.

Ход мероприятия

I. Оргмомент

«Ромашка» (на лепестках – первая часть маршрута для каждой команды)



По окончании игры, когда вы соберете все части от разрезной картинке, то узнаете пожелание героя мультфильма.

— Капитаны команд, получите маршрутные листы.

Команды начинают движение.

II. Движение по маршрутам.

1. Станция «Здоровье в порядке. Спасибо зарядке»

Цель - развитие двигательной активности обучающихся, создание хорошего настроения.

1 класс	2 класс	3 классы	4 классы
Зарядка	Зарядка	Зарядка с упражнениями для правильной осанки	
Выполнение упражнений по показу педагога.	Выполнение упражнений по схемам-опорам.	Ходьба по линии с ношей (мешочек с песком, книга) на голове.	

2. Станция «В здоровом теле здоровый дух»

Цель - формирование устойчивой мотивации к здоровому образу жизни, воспитание культуры здоровья

1 класс	2 класс	
«Режим дня»		
Беседа по серии сюжетных картинок	Разложить картинки по распорядку дня	
3 классы		«Что такое хорошо, что такое плохо»
Полезные и вредные привычки. Развитие способности детей анализировать привычки, оценивать их.		Разделить карточки на две группы - соблюдать распорядок дня; - выполнять гигиенические процедуры; - делать зарядку и заниматься спортом; - соблюдать режим питания; - чаще бывать на свежем воздухе;

	<ul style="list-style-type: none"> - поддерживать чистоту и порядок; - грызть ногти; - тянуть в рот посторонние предметы; - брать чужие вещи; - ковыряться в носу; - обманывать; - ябедничать; - употреблять плохие слова; - долго смотреть телевизор.
4 классы	«Что такое хорошо, что такое плохо»
Полезные и неполезные продукты Уточнение знаний детей о полезных и вредных продуктах питания.	Разделить картинки на две группы Рассказать, какие продукты полезны для здоровья, а какие приносят вред. Сделать вывод: какие продукты надо ограничить в своем питании.

3. Станция «Правила гигиены»

Цель - закрепление культурно-гигиенических навыков, расширение у обучающихся представлений о правилах личной гигиены.

1 класс	2 класс	3 классы	4 классы
«Для чего нужен предмет?» Дети достают из «волшебного мешочка» предметы гигиены и отвечают на	«Угадай действие» С помощью считалки выбирается водящий. Учитель договаривается с ним, что он будет изображать. Дети должны отгадать, что показывает водящий: умывание, чистку зубов, обтирание, причёсывание, купание. Затем водящего меняют. Дети по очереди		Загадки про предметы гигиены. (Приложение 2) Объяснить, что помогло отгадать загадку. Рассказать как предметом

вопросы «Что это?», «Для чего это нужно?»	показывают навыки гигиены при помощи жестов и мимики.	правильно пользоваться.
--	--	----------------------------

Приложение 2

Предметы гигиены	Загадки
Мыло	Ускользает, как живое, но не выпущу его я. Дело ясное вполне - пусть отмоет руки мне.
Шампунь	Глаза я крепко закрываю, в голову его втираю, а потом водой смываю. Это средство для волос. Может быть даже без слез.
Зубная щетка	Костяная спинка, жесткая щетинка, С мятной пастой дружит, нам усердно служит.
Полотенце	Длинная дорожка, два вышитых конца, Мягкая и чистая, после купания осушит меня.
Расческа	Хожу-брожу не по лесам, а по усам, по волосам, И зубы у меня длинней, чем у волков и медведей.
Носовой платок	Лег в карман и караюлю – рёву, плаксу и грязнулю. Им утру потоки слез, не забуду и про нос.
Зеркало	Я увидел свой портрет. Отошел - портрета нет.

4. Станция «Игра - дело серьёзное»

Цель - развитие двигательной деятельности детей; воспитание дружбы.

1 класс	2 класс	3классы	4классы
Подвижные игры			
«Поймай хвостик» (бег, развитие ловкости). Правила	«Поезд» Правила игры: К а п и т а н - «паровоз». «Паровоз» должен	«Кузнечики» Правила игры: команда, прыгая с места один за другим, должна в	«Паучки» Правила игры: каждый игрок команды поочередно

игры: команда строится в колонну друг за другом. Первый в колонне старается поймать последнего. Расцепляться нельзя.	один пробежать дистанцию вокруг стойки, а у старта «цеплять» по одному «вагону» и вновь обегать стойку, и так поочередно, увеличивая состав на один вагон, должен провести всю команду.	сумме прыжков набрать большую длину. Прыгают поочередно – один прыгнул, по пяткам ставится отметка, второй прыгает с отметки, и так вся команда.	передвигается к стойке способом «паучок», добравшись до стойки встает, обегает ее и бегом возвращается к своей команде, передает эстафету следующему.
--	---	--	---

III. Подведение итогов

«Ромашка» - общий сбор. Классы возвращаются к месту начала игры для собирания пазла, подведения итогов и вручения сертификатов.

Ведущий

Поздравляю всех без предисловья,

С нашим праздником здоровья!

Ведь это так на самом деле:

Здоровый дух – в здоровом теле.

Ведь так, ребята, хорошо

Здоровьем обладать всегда!

И, чтобы не было проблем

Здоровья пожелаю всем!

— Вот и закончился наш праздник. Все участники команд показали свою ловкость, силу, быстроту. А главное – получили заряд бодрости и массу положительных эмоций! Занимайтесь спортом, укрепляйте своё здоровье, развивайте силу и выносливость! До новых встреч!

Список литературы

1. В.И. Ковалько Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. 1-4 классы. М.: «ВАКО», 2010. - 296 с.
2. Психогимнастические упражнения для школьников: разминки, энергизаторы, активаторы/ авт. –сост. М.А. Павлова. -2-ое изд. – Волгоград: Учитель, 2011. - 87с.
3. Интернет- ресурсы
 - <https://infourok.ru/sbornik-podvizhnykh-igr-metodicheskaya-razrabotka-648979.html>
 - <https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/prochee/sbornik-podvizhnykh-igr-dlia-nachalnykh-klassov>
 - https://summercamp.ru/Сборник_подвижных_игр
 - http://allforchildren.ru/kidfun/riddles_bath.php