

Открытый урок по физической культуре

«Развитие межличностных отношений в параллели 1х классов».

Место проведения: МОУ «Гимназия №7»

Класс : 1 «Е»

Учитель: Мельникова Е.Н

07.10.2018 г

Цель занятия: *развитие экспрессивного поведения, снятие эмоционального напряжения, развитие межличностного доверия путем вербальных и невербальных средств общения.*

Вводная часть: Служит для включения детей в работу. Снижается уровень напряжения. Формируется мотивация к совместной деятельности. Появляется возможность взаимодействия учеников друг с другом.

Краткая беседа о том, насколько бывают разными люди внешне. Обращает внимание на сидящих детей и их отличия по внешним признакам (цвет глаз, волос, рост и т.д). Учитель предлагает посмотреть друг на друга, и самостоятельно найти похожих на себя по каким-либо признакам учеников. Для этого можно встать, походить, сравнить друг друга в действии.

Разминка:

Игра "Меняются местами..."

Цель упражнения: - развитие способности к концентрации и переключению внимания;

- развитие быстроты реакции.

Все участники сидят на стульях, а доброволец - ведущий стоит в кругу и произносит следующие фразы: "Сейчас меняются местами те, у кого длинные волосы,... голубые глаза,... хорошее настроение... ", при которых все участники должны поменяться местами таким образом, чтобы добровольцем - ведущим стал кто-либо другой из участников.

Основная часть:

Подвижная игра «Гусеница»

Цель игры: - формирование доверия к одноклассникам, с помощью координации своих усилий с действиями остальных участников;

- развитие образных и двигательных представлений;

- развитие координационных и скоростных способностей.

Все участники выстраиваются в одну колонну, положив руки на плечи впереди стоящего. Между животом одного играющего и спиной другого дети зажимают мяч. Дотрагиваться руками до мяча нельзя. «Голова гусеницы» держит мяч на вытянутых руках. Без помощи рук дети должны пройти по определенному маршруту.

Игра "Зеркало".

Цель игры: - развитие экспрессивного поведения, снятие мышечных зажимов;

- снятие эмоционального напряжения;
- развитие межличностного доверия путем вербальных и невербальных средств общения;
- развитие выразительности жестов;
- концентрация внимания

Пересчитываясь в шеренге по команде «На первый –второй рассчитайсь!», дети делятся на пары. Один из учеников - это зеркало, другой - смотрящийся. В течение 1-3 минут, смотрящийся должен кривляться, изображать различные эмоции, двигаться перед зеркалом, а зеркало - в точности отображать увиденное. По сигналу дети меняются ролями. Каждый участник должен выступить в роли "смотрящегося" и в роли "зеркала".

Подвижная игра «Жмурки».

Цель игры: - выявление исходного уровня самостоятельной активности группы, групповых ролей, отношений, соподчинений;

- снятие настороженности ребенка;
- развитие скоростных способностей;
- развитие координационных способностей.

Из класса выбирается «Жмурка», ему завязывают глаза. « Жмурка» должен искать ребят, которые издают звуки, привлекая к себе внимание, и убегают. Кого поймали, тот становится «Жмуркой»

Заключительная часть:

Упражнение "Мойка машина".

Цель упражнения:- творческое взаимодействие с одноклассниками;

- расширение сенсорной чувствительности;
- создание непринужденной, доверительной атмосферы;
- снятие мышечного напряжения:

Класс выстраивается в две шеренги, лицом друг к другу. Один человек (в начале шеренги) - "машина", второй (в конце шеренги) - "сушилка". "Машина" проходит между шеренгами, все ее "моют", поглаживая, протирая, делая это бережно и аккуратно. "Сушилка" должна его "высушить" - обнять. Потом "сушилка" становится в шеренгу, прошедший "мойку" становится "сушилкой". С начала шеренги идет следующая "машина" и все повторяется, пока не пройдут все дети.

Проведенное занятие по формированию и развитию межличностных отношений в параллели 1х классов прошло успешно. Этому способствовала связанность в единое целое всех частей занятия. Начиная с вводной части и на протяжении всего урока, наблюдалась динамика сближения детей друг с другом, посредством применяемых подобранных игр и упражнений. Изначально детям была предоставлена возможность найти внешние различия и сходства друг с другом и посредством игры понять, что люди могут эффективно взаимодействовать (играть, общаться), не смотря на отличия друг от друга (игра «Меняются местами...»). На протяжении занятия дети должны были не только физически быть ближе друг к другу, но одновременно сближаться эмоционально. Взаимодействие было выстроено на применении как вербальных, так и невербальных технологиях (игра «Зеркало»), что способствует преодолению барьеров в общении и тем самым, налаживанию и укреплению межличностных отношений.

Занятие было увлекательным для детей благодаря содержанию игровых моментов на протяжении всего урока. Детям нужно было следовать не только строгим правилам игры, но и вносить свои творческие идеи в выполнение заданий (игра «Гусеница», «Мойка машины»). Детям была предоставлена возможность фантазировать и перевоплощаться, примерять на себя различные роли как в индивидуальном (игра «Зеркало») так и в коллективном плане (игра «Гусеница», «Мойка машины»).

Выбранные средства и методы для проведения занятия полностью соответствуют его целям и задачам, так как формированию и развитию благоприятных межличностных отношений в любом коллективе способствует в первую очередь принятие себя и «другого». Это, в свою очередь, достигалось установлением благоприятного эмоционального фона, доверительным отношением друг к другу, снятием напряжения и агрессивных проявлений у детей посредством применяемых методик.

Выбранные средства имели воздействие не только на физическую сферу детей (скорость, ловкость и т.д), но и на психологическую сферу тоже. В использованных играх и упражнениях развивались концентрация и переключение внимания (игра «Меняются местами...», «Зеркало»), Возможность проявлять различные эмоции и настроение и быть при этом «принятым», а так же, увидеть со стороны и оценить данное состояние (игра «Зеркало»), развитие доверия и лидерских качеств, снятие настороженности ребенка (игра «Жмурки»). В заключительной игре «Мойка машины» подводится итог всего занятия, здесь дети невербально «показывают

отношение друг к другу, и как показала практика, даже самые замкнутые и необщительные дети были «приняты» всеми без исключения. Каждый ребенок передал другому свое отношение, эмоции и тепло.

В отличие от стандартных уроков физкультуры, в которых практически не учитывается психологическая составляющая, данный вид урока наиболее полно раскрывает физические возможности детей с учетом психологических особенностей. Дети на подобных занятиях более раскрепощены, не боятся допустить ошибок, действуют более уверенно, а значит в итоге, более успешно. Более того, сплоченность класса, достигнутая, сформировавшимися благоприятными межличностными отношениями, отлично сказывается на командных играх и видах спорта, следовательно получаемые результаты приносят большее удовлетворение детям от занятий физкультурой .

С воплощением данного сценария на уроке физкультуры проблем не возникло, так как игры и упражнения подбирались с учетом количества учеников в классе а так же местом проведения.