|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| G:\Копия герб.jpg | D:\1.jpg | I:\БРЕНД\10006.BMP |
| Муниципальное дошкольное образовательное учреждениедетский сад №117 «Электроник» комбинированного видагородского округа город Буй |

**КОНСПЕКТ**

**Непосредственно образовательной деятельности по физической культуре в старшей –**

**подготовительной к школе**

**группе компенсирующей направленности**

**для детей с ЗПР**

**лексическая тема:**

**«Звери наших лесов»**

 Разработала

Кокошникова Наталия Николаевна

 инструктор по физической культуре

2016 год

**Цель:**

 Формирование двигательных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей детей по состоянию здоровья и возрасту.

**Задачи:**

 Образовательная область «Физическое развитие»:

- Продолжать работать над принятием правильного и.п. при метании в вертикальную цель;

- Закрепить умение прыгать через предметы прямо, мягко приземляясь (h – 20 см);

- Совершенствовать умение ползать на высоких четвереньках по гимнастической скамейке;

- Развивать глазомер, чувство равновесия, прыгучесть, мелкую моторику;

- Способствовать развитию всех систем организма; снятию чрезмерного мышечного и эмоционального напряжения;

- Воспитывать интерес к занятиям физической культурой.

 Образовательная область «Познавательное развитие»:

- Закрепить знания детей о диких животных, их повадках;

- Развивать воображение, мышление, память.

 Образовательная область «Социально-коммуникативное развитие»:

- Воспитывать у детей желание оказывать помощь взрослому в расстановке и уборке спортивного оборудования;

- Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу.

**Оборудование:**

Гимнастические скамейки, мишени, мешочки, 8 мягких кирпичиков, индивидуальные коврики, 2 баскетбольные стойки – «деревья с дуплом».

**Место проведения:** физкультурный зал.

**Кол-во детей:** 10 чел.

**Форма:** футболки, шорты, спортивная обувь.

Индивидуальный подход по состоянию здоровья:

1. Аня - инвалид по зрению (спец. физ. группа)

2. Артём – аутизм в лёгкой форме (подг. физ. гр.)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Содержание | Длит-сть | Доз-ка,темп | Методические указания |
| **1 часть:** Организационный момент. Дети собираются в полукруг около педагога.Коммуникативная игра: “Здравствуй, друг”. Здравствуйте, дети! Посмотрите, у нас гости. Поздоровайтесь с ними. «И вот мы снова вместе.Вы рады, детвора?Дружно за руки берёмсяИ друг другу улыбнёмся!А теперь внимательно посмотрите, что изображено на картине? Здесь чьи – то следы. - Кто живёт в лесу?- Какие это животные?- Почему этих животных называют дикими?Дети строятся в шеренгу, в колонну. Равнение. Вот белочка в дупле сидит, скучает, нас в гости поджидает.Разминка:Давайте отправимся в лес, много есть в лесу чудес, там деревья до небес!- Впереди из-за куста смотрит хитрая лиса;-Заяц быстро скачет в поле, очень весело на воле. Подражаем мы зайчишке - непоседы-ребятишки;-Вот волк, волчище-серый хвостище. Широко шагает, лапами загребает.-Зайцы волка увидали, испугались, побежали. Только пятки засверкали.Упражнение на дыхание: вдох носом, выдох – у-у-у- волки воют в лесу. Пока на полянку лесную шагали, много зверей повстречали.**2 часть**: **ОРУ** «Звериная зарядка» **1**. И. п. - о. с., ноги слегка расставлены. 1 -3 - «ножницы» руками над головой, 2-4 - и. п.  «Вот высокий лось с рогами,  Скачет, громко дышит.  «Поиграй - ка, лось, ты с нами! » Убежал, не слышит».**2**. И. п.- стоя на коленях, руки на поясе. 1 -3 - поворот вправо (влево), «погладить хвост» 3 -4 - и. п.  «Белка скачет очень быстро, машет хвостиком пушистым»  **3**. И. п. - о. с. руки на поясе.  1 -3 - выпад вправо на правую ногу, правая рука – в сторону. 2 - 4 - и. п. То же - влево. «Волк крадется тихо – тихо.  И в морозы и в тепло.  Может, справится он лихо С тем, кому не повезло»**4**. И. п. - о. с.  Присесть, сгруппироваться. «В клубок свернётся, взять не даётся».  **5**. И. п. - сидя на полу, ноги врозь, руки на поясе.1 - 3 -наклон, правой рукой до правой ноги, 2 -4 - и. п. тоже левой.«Кто же там в дупле живет?  Белка озорная.  Резво шишечки грызет,  И трудится, играя » **6**. И. п. – лёжа на спине.  1-2-3-поднять ноги и руки, барахтаться, 4 - и. п. «Вот медвежата – толстопятые ребята, все забавные такие, неуклюжие, смешные».**7**. И.п.- лёжа на животе, руки в упоре у груди. Прогнуться, и.п «Вот лисичка пробежала,  Хвостиком виляет,  Видно, мышку догоняла,  Глазками сверкает! **Прыжки**, в чередовании с ходьбой, на левой и на правой ноге. «Зайцы скачут, зайцы пляшут.  Веселятся от души.  Что же это, звери, значит?  То, что все вы хороши! Ходьба на месте. Восстановление дыхания.**Основные движения:****1**. Ползание по гимнастической скамейке на высоких четвереньках, выпрямиться, потянуться. (С)«Медведи»**2.** Прыжки через мягкие модули прямо. (З)«Зайцы»**Самомассаж** «Белочка»Утром Белочка проснулась, Лапкой вправо потянулась, Лапкой влево потянулась, Солнцу нежно улыбнулась. В кулачок все пальцы сжала, Растирать все лапки стала — Ручки, ножки и бока. Вот какая красота! А потом ладошкой Пошлепала немножко. Ну и белочка – краса! До чего же хороша!**3**. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой (П)П/и: «Хитрая лиса»Упражнение на дыхание: выдох «ух»**3 часть**:**И.м/п: «У кого длинный хвост»** цель: развитие памяти, мышления, внимания. **Пальчиковая гимнастика** «Лесные звери»:«Этот пальчик - белочка, рыженькая девочка, этот пальчик-зайчик, зайчик-попрыгайчик, этот вот лисичка-хитрая сестричка, этот-мишенька-медведь, любит громко он реветь, этот-серенький волчок! Получился кулачок. Разожми кулак скорей. В лес всех выпусти зверей.**Релаксация,** лёжа на полу: «Кто где спит»-Звери бегали, скакали, наконец, они устали. «У лисы в лесу глухом есть нора - уютный дом.Не страшны зимой метели - белочке в дупле на ели.Под кустами ёж колючий нагребает листьев кучу.Из ветвей, корней, коры - хатку делают бобры.Спит в берлоге косолапый - до весны сосёт он лапу.Есть у каждого свой дом - всем тепло, уютно в нём». Итог занятия, попытка самоанализа. Спокойная ходьба: До свиданья, лес дремучий. 1,2,1,2 -в группу нам идти пора. | 5 мин1-1,5 мин22мин 10мин5шт-подг.4 шт -ст.r – 4м и 3м3мин | Быстр.тМедл.тСт-8рПодг-10рМедл.т.9 р.7 р.8 р.6 р.9 р. 7 р.медл. темп.10 р.8 р.8 р.9 р. 7 р.медл. темп.8-10рПо 2-3р.Групповойспособпо 2р.кажд.рукойФронт способ3р. | Звучит спокойная музыка.Давайте хорошее настроение передадим через ладошки. Почувствуйте, как по вашим рукам из ладошки в ладошку переходит доброта и хорошее настроение. Как стало всем нам тепло и хорошо. А теперь друг другу улыбнёмся, пожелаем всем добра и чудесного настроения.Декорации леса. Дети рассматривают картину. Дети называют животных: заяц, белка, медведь, волк, лиса, лось… Это дикие животные. Они живут в лесу, сами строят себе жилище и добывают пищу, защищаются от врагов. Вот молодцы! Группа, равняйсь! Смирно! Вольно!- Направо! Шагом марш!-Ходьба на носках, руки вверх,-ходьба пружинящим шагом,- прыжки с продвижением вперед, руки произвольно,- ходьба широким шагом.*Аня и Артём выполняют движения за руку с воспитателем.*Бег об., с забрасыванием голени,на поскоках.*Аня вместо бега и прыжков – шагает.*Перестроение в 2 колонны, соответственно возрасту.*Аня и Артём занимаются вместе с детьми, но с меньшей дозировкой и в своём темпе.*Слежу за одновременностью, качеством выполнения.Спину держать прямо.Слежу за дыханием.Поощряю детей, побуждаю к действию.Выполняю упражнения вместе с детьми, делайте как я! Провожу индивидуальную работу.Прыгать на носках, руки произвольно.Подг. дети выполняют с инструктором, старшие - с воспитателем.*Аня - на обычных четвереньках.*Не разводить ноги, мягко приземляться.*Аня перешагивает через модули.*Мы пришли в гости к белочке, где же её домик? Движения выполняются соответственно тексту.Все массажирующие движения выполняются от периферии к центру: от кисти к плечу, от ступни к бедру и т.д.Красуясь, выполнять полуобороты, корпуса вправо-влево, поставив руки на пояс и выпрямив спину.Поможем белочке, бросим в дупло мешочек с орешками. Слежу за принятием правильного и.п.*Аня метает на дальность*.Дети участвуют в уборке инвентаря.Напомните правила игры.*А. и А. играют вместе с воспитателем.* Дети в кругу, педагог называет животных. Если у животного длинный хвост, то надо поднять руки вверх, если короткий, то руки за спину. Педагог поднимает руки во всех случаях. Побеждает тот, кто ни разу не ошибся.-Дети, сядьте в круг. Дети загибают пальцы в соответствии с текстом, начиная с мизинца.Играет тихая, спокойная музыка.- Представьте, что вы превратились в животных. В., ты в кого превратился?..Лягте, закройте глаза, дышите ровно и легко.-Тихо глазки открывайте и тихонько все вставайте. - Вспомните, что мы сегодня делали? -Как вы думаете, у вас всё получалось? - Может быть, надо ещё в чём-то потренироваться? -До свидания, дети. |