Конспект занятия по физическому воспитанию в старшей

группе для детей с ОВЗ

Программные задачи:

1.Образовательные: учить энергично отталкиваться двумя ногами от пола в прыжке. Формировать умения подбрасывать мяч двумя руками вверх, не прижимая к груди.

2.Раззвивающие: развивать навыки устойчивого равновесия при ходьбе, беге, с перешагиванием через предметы. Развивать ловкость в чередовании бега, ходьбы, прокатывании мяча.

3.Воспитательные : воспитывать умение слышать и реагировать на сигнал, организовывать дружеские взаимоотношения

4.Коррекционные: формировать способности играть, выполнять упражнения совместно с другими детьми, выполнять задание полностью.

Оборудование: мячи, скамейки 3 шт , конусы, модули.

Занятие подразумевает присутствие других специалистов (психолога, логопеда) для индивидуальной помощи детям.

 Ход занятия

1.Вводная часть (3 мин)

Для того, чтобы начать занятие по физическому воспитанию детей с ОВЗ, очень важно уделить особое внимание разогреву тела и мышц Разминочные упражнения предназначены не только для разогрева тела, но и для психологической настройки детей к продуктивной работе.

Разминочные упражнения: ходьба и бег по одному, ходьба на носках и пятках, бег с высоким подниманием колен . Ходьба в медленном ,обычном темпах .Разминка проходит динамично.

В комплекс (ОРУ) входят задания, выполняемые без предметов.

 Комплекс ОРУ без предметов.

1.И.п-стойка ноги на ширине ступни, параллельно, руки на пояс.

1-руки в стороны; 2-руки вверх, поднимаясь на носки;3-руки в стороны; 4-вернуться в и.п.(6-7р)

2.И.п.-стойка ноги на ширине плеч, руки за голову

1-поворот туловища вправо, руки в стороны;2-вернуться в и.п. То же влево(6р.)

3.И.п.-стойка ноги на ширине плеч, руки вниз.

1-руки в стороны;

2-наклон к правой (левой) ноге, коснуться пальцами рук носков ног; 3-выпрямиться, руки в стороны;4-вернуться в и.п.(6р)

4.И.п.-основная стойка руки на пояс.1-2-присесть, руки вынести вперёд;3-4-вернуться в и.п.(6-7р)

5.И.п.-основная стойка пятки вместе, носки врозь , руки вниз.

1-правую ногу в сторону ,руки в стороны; 2-правую руку вниз, левую вверх; 3-руки в стороны; 4-приставить правую ногу, вернуться в и.п. То же влево. (6р)

6.И.п.-основная стойка руки на пояс. 1-прыжки ноги врозь, руки в стороны; 2-вернуться в и.п. На счёт 1-8 повторить 3-4 раза.

Выполняется в среднем темпе под счёт воспитателя.

2.Основные движения (10 мин)

1-ходьба по гимнастической скамейке

2-прыжки на двух ногах через предметы

3-прокатывание мячей двумя руками, не прижимая к груди.

Основная часть направлена на решение поставленных задач, Особенность проведения упражнений заключается в чётком и поэтапном проговаривании инструкции к выполнению того или иного задания, демонстрация воспитателем определённых упражнений, и при необходимости, индивидуальная помощь некоторым детям.

3.Заключительная часть (12мин)

Заключительная часть включает в себя подвижную игру и малоподвижную игру.

П/и «Караси и щука»

Описание: Одного ребёнка выбирают щукой, остальные-распределены на 2 подгруппы :одна из них образует круг-это камешки, другая-караси ,которые плавают внутри круга. Щука находится за кругом .По сигналу воспитателя «Щука» ребёнок, изображающий её вбегает в круг и старается поймать карасей. Караси прячутся за камешки. Щука ловит только тех, кто не успел спрятаться. Одному из играющих

Малоподвижная игра «У кого мяч?»

Дети образуют круг .Выбирается водящий. Он становится в центр круга. Остальные плотно придвигаются друг к другу. Руки у всех за спиной .Воспитатель ходит вокруг детей с маленьким мячом в руках, а затем ,идя по кругу отдаёт мяч в руку одному из играющих. А дети, должны передавать друг другу мяч, чтобы водящий не заметил .Задача водящего угадать у кого мяч. В конце уточняю ,кто справился с заданием ,а кто испытывает трудности