Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида «Югорка"

Конспект занятия по физической культуре для детей с ограниченными возможностями здоровья в средней группе «Весенний лес»

Разработала:
Рыбалова И.А.
инструктор по физической культуре

2019год.

Цель:

Продолжать формировать навыки правильного выполнения двигательных действий в сочетании с речевым сопровождением.

Задачи:

1. Закреплять двигательное умение в ходьбе, беге, подлезании, прыжках, равновесии.
2. Развивать психофизические качества: ловкость, быстроту, силу.
3. Воспитывать желание осознанно относиться к выполнению правил игры.

Оборудование:

массажная дорожка - 1шт.,
гимнастическая стенка - 2шт.,
дуги - 4шт.,
маты - 4шт.,
обручи - 5шт.,
цветные ленты - 10шт.

Ход занятия:

Вводная часть 7 мин:

Инструктор:

Весной прилетают птицы, начинает ярче пригревать солнышко, становится теплее.

Сегодня мы отправимся с вами в весенний лес; превратимся в птиц, животных, посмотрим, чем же они занимаются в лесу весной. Проводником буду я – Старичок Лесовичок.

1) "Разбудили ручейки медведя. Вылез он из берлоги и стал бродить по весеннему лесу"- Ходьба на внешней стороне стопы (30с).
2) Прилетели перелётные птицы: грачи и скворцы.- Бег врассыпную (30с).
3) "Рады весне и зайцы"- Прыжки на двух ногах на месте (30с).
4) После зимней спячки проснулись и ежи.- Ходьба по кругу мелким шагом (30с).
5) "Муравьишки весело и дружно строят домик очень нужный"

Ползание на четвереньках по прямой (40с).

6) "Лисички по всему лесу разошлись"

Ходьба обычным шагом (20с).

Лесовичок: А сейчас мы потренируемся вместе с жителями леса.

Комплекс общеразвивающих упражнений "Весёлая зарядка":

- «Птицы летят"

и.п. - ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища,
1-руки через стороны вверх, подняться на носки.
2-и.п. (4-5 раз)

- "Белочка оглядывается"

и.п. – ноги на ширине плеч, руки на поясе,
1-наклонить голову вправо
2-и.п.
3-наклонить голову влево

4-и.п. (4-5 раз)

- "Медведь ревёт"

и.п.- ноги на ширине плеч, руки в стороны.
1-наклон вперёд хлопок внизу
2-и.п. (4-5 раз)

- "Лисичка танцует"

и.п.- о.с., руки на поясе
1-выставить ногу вперёд на носок
2-и.п.
3-выставить левую ногу вперёд на носок
4-и.п. (4-5 раз)

- "Зайки скачут на лужайке"

и.п.- о.с. прыжки на двух ногах:
4 прыжка вперёд,
4 прыжка назад (4-5 раз)

- "Ёжик делает зарядку"

и.п.: о.с., руки вдоль туловища.
1-руки вперёд
2-руки вверх
3-руки в стороны
4-вернуться в и. п. (5раз)

Основная часть 10 минут.

Расстановка полосы препятствий совместно с воспитателем. Задание выполняется поточным способом.

1) Долго нам нельзя стоять
   Нужно дальше нам шагать Ходьба по массажной дорожке
2) Здесь так просто не пройти,
   Кусты склонились на пути Подлезание под дугу
3) А, это кочки,
   Прыгаем мы через них на носочки. Прыжки из обруча в обруч
4) Лезть по дереву нам нужно. Лазание по гимнастической лестнице
   Делаем мы это дружно.

Задание выполняется 4-5 раз.

Лесовичок: Молодцы, ребята, со всеми заданиями справились. А сейчас мы с вами поиграем в игру "Ловишка, бери ленту".

Описание игры:

Играющие стоят по кругу. У каждого из них цветная ленточка, которая закладывается сзади за пояс. В центре круга стоит "ловишка". По сигналу "беги" дети разбегаются по площадке. «Ловишка» бежит за играющими, стремясь взять у кого-нибудь из них ленточку. Лишившийся ленточки, временно отходит в сторону. "Ловишка" подсчитывает количество взятых лент и возвращает их детям.

Игра продолжается с новым "ловишкой". Игра проводится 2-3 раза.

Заключительная часть 3 минуты.

Игра малой подвижности "**Назови зверя**".

Описание игры:

Дети становятся в круг, ведущий ходит внутри круга. Все говорят слова:

Мы по лесу все идём

И зверюшек узнаём.

Ну, скорее, раз, два, три:

Быстро зверя назови.

По окончании слов ведущий останавливается около ребёнка, который должен назвать любого лесного зверя. Игра проводится 3-4 раза.

Лесовичок: Вот и побывали мы с вами в весеннем лесу. Вы очень хорошо сегодня занимались и показали, какие вы ловкие, быстрые, сильные.