

**Конспект непосредственной образовательной деятельности  
по физической культуре  
для детей с ограниченными возможностями здоровья  
средней группы детского сада**

**Артемова Ольга Викторовна,**

Инструктор по физической культуре

высшей квалификационной категории.

МАДОУ «Детский сад № 34».

Рязань

2016

Задачи:

1. Оздоровительные. Способствовать развитию у детей сердечно-сосудистой и дыхательной систем, укреплению опорно-двигательного аппарата, профилактике плоскостопия. Создавать условия для возникновения чувства «мышечной радости» у детей, посредством повышения эмоционального фона на занятии.
2. Образовательные. Закрепить у детей умение держать равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке и спрыгивание на носки. Упражнять детей в беге, прыжках на двух ногах, ходьбе змейкой.
3. Воспитательные. Воспитывать у детей чувство коллективизма, побуждать действовать сообща, по сигналу .

МАДОУ "Детский сад №34"

Педагог предлагает детям отправиться в лес, но лес не простой, а волшебный, где всегда тепло и можно повстречать разных птиц, насекомых и зверей.

Вводная часть – 5 минут.

«Мы в лесу волшебном целый день гуляли. Ходьба, поднимая колени.  
Чтобы не споткнуться ноги поднимали».

«Мягкою травкою выстлана земля, Ходьба на носках  
Идем мы на носочках, ступая слегка».

«Вот деревья встали у нас на пути, Ходьба «змейкой».  
Очень осторожно их надо обойти».

«Ну- ты только посмотри!

Вот колючие кусты, Подлезание под барьером

Руки мы к груди прижмем,

Смело под кусты нырнем».

«Вот болото впереди,

Ты в него не попади!

Прыжки на 2-ух ногах

С кочки на кочку прыгай смелее,

с «кочки» на «кочку».

Ловкий болото преодолет!»

«А, волшебная дорожка Ходьба по дорожке для воздействия

Укрепит ребятам ножки»». На рефлексогенные зоны стоп.

«Дождик, дождик зарядил,

Всех ребятков намочил!».

Бег 30-45 сек.

Основная часть – 12 минут.

ОРУ:

1. «Вот дуб стоит высокий и красивый и смотрит он на нас игриво». Самовытяжение - поднять руки над головой и потянуться - 4 раза.
  2. «Вот ива наклонилась над водой, давай склонимся так и мы с тобой». Наклоны в стороны, руки над головой -4- раза.
  3. «Принагнулась на опушке елочка ,тяжело держать ей ветки и иголочки». Наклоны вниз, вместе с руками - 4 раза
  4. «Муравей кусается, на пальцы ног взбирается». Сидя на полу, разведение и сведение стоп -10-12 раз.
  5. « Повстречались нам лисята, подразнили их ребята». Стоя на четвереньках, «виляют хвостиком». – 8 раз.
  6. «Толстая змея шипит, подходить к ней не велит». Лежа на животе, приподнять туловище, опираясь на руки. -4-6 раз.
  7. «В самой чаще стоит пень, притаился там олень». Стоя, приподнять согнутую в колене ногу, удержать. – 3+3 раза.
- Основные движения.

«Чтоб попасть к зверятам в гости,  
Мы преодолеем мостик»

1. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, держа руки в стороны, прыгивая и приземляясь на носки. -2 раза.
2. Элементы мимических и имитационных упражнений. Дети отгадывают загадки про лесных зверей и показывают их движения.
3. Игровое упражнение «Дружные муравьи». В парах, наперегонки переносится строительный материал по одному предмету и выстраивается муравейник.
4. Подвижная игра «Перелет птиц» 2-3 раза.

Заключительная часть – 2 мин.

Детям предлагается вернуться в детский сад на поезде, но прежде надышаться свежим, лесным воздухом.

Дыхательные упражнения, уход детей в группу «паровозиком».