

Открытое занятие по физкультуре.

Разновозрастная группа детей с ОВЗ (старшая подгруппа)

Воспитатель: Савватеева В.Н.

Тема: «Путешествие в страну «Неболейка»

Цель:

повторить ходьбу со сменой темпа движения, ходьба и бег между кеглями, поставленными в ряд (на расстоянии 30 см), упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель (способом от плеча).

Задачи:

Образовательные:

совершенствовать ходьбу на носках, метание мешочков в цель.

Коррекционно-развивающие:

с помощью физических упражнений развивать ловкость, быстроту, равновесие, память, внимание.

Воспитательные:

воспитывать потребность к занятиям физическими упражнениями, воспитание заботы о своем здоровье, использование чеснока и лечебных трав для укрепления здоровья.

Оборудование:

Кегли (большие), гимнастическая скамейка, мешочки, обруч, «карусель».

Ход занятия

Дети заходят в зал. Останавливаются у центральной стены.

Сегодня к нам на занятие пришло много гостей.

Давайте поздороваемся с ними.

Ребенок: Чтоб расти и закаляться, не по дням, а по часам

Физкультурой заниматься – заниматься надо нам!

Говорят, есть на свете волшебный цветок здоровья, кто его найдет и понюхает, будет сильным, ловким, а главное здоровым. Растет этот цветок в стране «Неболейка». Добраться до него нелегко. Как бы я хотела хоть раз понюхать этот волшебный цветок, чтобы всегда быть здоровой. Ребята, а вы хотите? (Да!)

Чтобы попасть в страну «Неболейка» и найти ЦВЕТОК ЗДОРОВЬЯ, надо заниматься физкультурой. Сейчас мы с вами отправимся на поиски ЦВЕТКА ЗДОРОВЬЯ, но сначала сделаем волшебные движения:

- Здравствуй, небо! (Руки вверх)
- Здравствуй, земля! (Приседают)
- Здравствуйте, мои друзья! (Руки вперед).

Со всеми поздоровались, не будем терять время, отправляемся в путь!

1 часть (2-3 мин.)

Дети идут в колонне друг за другом. Бег в колонне по одному.

Молодцы, а сейчас мы будем выполнять физические упражнения.

2 часть. (10-15 мин)

Обще развивающие упражнения.

1. И.п. – стойка ноги на ширине ступни, параллельно, руки на пояс. 1- руки вперед; 2 – руки вверх, поднимаясь на носки; 3- руки в стороны; 4- вернуться в исходное положение. 4-5 раз

2. И.п. – стойка ноги на ширине плеч, руки на пояс. 1- руки в стороны, поворот вправо; 2- руки в стороны, поворот влево; вернуться в исходное положение. 4-5 раз.

3. И.п. – основная стойка руки на пояс. 1-2 присесть, руки вынести вперед; 3 -4 –вернуться в исходное положение. 4 -5 раз.

4.И.п. – основная стойка руки на пояс. 1- прыжком ноги врозь, руки в стороны; 2- вернуться в исходное положение. Выполнять в среднем темпе под счет 3-4 раза.

5. И.п. лежа. Упражнение «Велосипед» 4-5 раз

Молодцы, выполнили. Мне кажется до волшебного цветка здоровья уже совсем близко.

И сейчас на нашем пути новые испытания

Основные виды движений.

1. Ходьба на носочках между кеглями. Главное - ловко, не касаясь предметов пройти между ними. 3-4 раза.
2. « Не промахнись». Метание мешочков в горизонтальную цель с расстояния 2,5 метра, способом от плеча, 4-5 раз.
3. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. 3-4 раза.

Молодцы, вы справились с заданием, а сейчас мы поиграем.

в) Подвижная игра «Карусель».

Движения выполняются в соответствии с текстом, произносимым вслух:

Еле, еле, еле, еле закружились карусели.

А потом кругом, кругом, все бегом, бегом, бегом.

После того, как дети пробегут 2-3 круга, педагог вместе с детьми произносит:

Тише, тише, не спешите! Карусель остановите!

Раз-два, раз-два, вот и кончилась игра!

При желании детей игру можно повторить.

Молодцы, все задания выполнили!

Ребята, а вот указатель, и стрелочка показывает, куда нам идти. Вот мы и пришли в страну «Неболейка». Я, что-то чувствую.

Дыхательная гимнастика:

Короткие вдохи носом, выдох через нос. 5-6 раз.

Это распустился цветок здоровья. Давайте посмотрим, что надо делать, чтобы быть здоровым.

А вот и лесная аптека. Давайте посмотрим, что тут есть? А тут чем-то пахнет?

Дети: Чесноком.

Запах чеснока отпугивает все микробы и ни один микроб к вам близко не подойдет.

А что же еще здесь в дупле? Это лечебные травы. Понюхайте, как они пахнут. (Вдох, выдох). Траву заливают кипятком, и получается лечебный чай. Вот мы с вами готовили подарки для наших гостей, раздайте их.

Здоровье – бесценный дар природы, его надо беречь и укреплять. Вы сегодня все получили заряд бодрости, и я желаю вам вырасти ловкими, сильными, здоровыми.

Вот и закончилось наше занятие, пора в группу.