Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

 «Детский сад №11 «Колокольчик» Тутаевского муниципального района

Районное методическое объединение

**Конспект**

**образовательной деятельности**

**по физической культуре**

**в старшей группе**

(С дифференцированным подходом для детей с III группой здоровья ВПС)

**Тема «Страна мячей»**

Подготовила и провела: О.Л. Рубец

инструктор по физической культуре,

высшей квалификационной категории

г. Тутаев,

декабрь,2016г.

**Цель**: Сохранение и укрепление здоровья с учетом дифференцированного подхода к детям.

**Задачи:**

**Образовательные:**

Упражнять в умении соблюдать заданный темп в ходьбе и беге (ограничить бег для детей с III группой здоровья)

Закреплять умения ритмично выполнять упражнения под музыку.

Совершенствовать умения в бросках мяча от груди в кольцо, в отбивании мяча в движении, в прыжках через набивные мячи прямо и боком.

**Развивающие:**

Развивать психофизические качества быстроту, силу, координацию, гибкость, ловкость, выносливость.

Развивать морально-волевые качества

**Воспитательные:**

В процессе игры воспитывать честность, дружелюбие, организованность.

Воспитывать желание расставлять и убирать спортивный инвентарь.

**Оздоровительные:**

Формировать потребность в ежедневных физических упражнениях, применять их в самостоятельной двигательной деятельности.

**Оборудование:** Дорожка массажная , дорожка со следами, коврики массажные, мячи резиновые по количеству детей, щиты с кольцами, кубы мягкие 2шт., мячи пластмассовые , мычи набивные 5шт., пластмассовые кирпичики для детей с ВПС, дорожка-балансир, мячи массажные, мяч корригирующий, мяч большой раскрашенный, карточки, эмблемы.

 **Предварительная работа :** беседы о здоровье, о спортивных играх с мячом, разучивание подвижных игр, музыкально-ритмических упражнений.

**Методы и приемы:**

*Практические:* Ходьба и бег; ОРУ с мячом; ОВД с мячом.

*Наглядные:* показ двигательных элементов, схемы для ОВД.

*Словесные:* прямые и косвенные напоминания к двигательной деятельности. *Сдоровьесберегающие технологии*: дорожки здоровья, для предупреждения плоскостопия, самомассаж.

 **Ход**

**1. Организационно-мотивационный этап**

Дети входят в зал. Подходят к мячу.

**Инструктор:** Ребята перед нами сегодня большой спортивный мяч. Как вы думаете, почему он сегодня здесь?

**Ответы детей.**

 **Инструктор:** по секрету он рассказал, что у него в «Стране мячей» много друзей – мячей, но они все спорили и поссорились. Говорили, кто из них самый важный и значимый.

- Как вы считаете, что же нам надо сделать, чтобы помирить их?

-А мячи все нужны одинаково?

**Дети:** Да, надо помирить их и поиграть с ними.

**Инструктор**: мяч предлагает карточки – подсказки, в каком направлении нам двигаться и с какими мячами мы будем сегодня играть. Открываем первую карточку.

**2. Основной этап**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Части занятия** | **Содержание** | **Дози-****ровка** | **Методические указания** |
| **I** | **Вводная часть** | **3 мин** |  |
| 1. | Построение в шеренгу.Проверка  осанки. |  | Следить за правильной осанкой |
| 2. | Ходьба обычная, ходьба на носках, о.х., на пятках, о. х., боковой галопп вправо, влево, о. х., ходьба по дорожкам здоровья змейкой, о. х. |  |  |
| 3. | Бег по кругу, меняя направление, бег между дорожками противоходом. | **1,5 мин** | Дети с ВПС идут шагом по малому кругу в одну и другую сторону |
| 4. | Ходьба, перестроение в 3 колонны |  | Соблюдать заданный темп. |
| **ІІ** | **Основная часть****ОРУ с мячом** | **4-5 мин** | **следить за осанкой детей** |
| 1. | И.П.- о. с., мяч за головой 1- мяч вверх;2- мяч за голову;  | 6 раз | Подбородок приподнять |
| 2. | И. п.- ноги на ш. п. мяч внизу.1-мяч вверх наклон вправо.2-и.п.3-мяч вверх наклон влево4-и.п. | 6 раз | Ноги не сгибать |
| 3. | И.П.- ноги на ширине ступни, мяч в согнутых руках перед собой;1,2-поворот  направо с ударом мяча об пол; 3,4-то же влево. | 6 раз | Стараться не уронить мяч |
| 4. | И.П.- ноги на ширине плеч, мяч в согнутых руках у груди;1- наклон к правой ноге;2-прокатить мяч к левой ноге;3-прокатить мяч к правой ноге;4-вернуться в и. п. | по 3 раза к каждой ноге | Ноги во время наклонов не сгибать |
| 5. | И.П.- ноги вместе, мяч в опущенных руках;1-присядание, мяч перед собой в вытянутых руках;2- вернуться в и. п. | 6 раз | Спина прямая |
| 6. | И.П.- сидя, упор на прямые руки, мяч зажат между ступнями ног;1-2-поднять мяч прямыми ногами вверх;3-4-вернуться в и. п. | 6 раз | Следить за положением ног |
| 7. | И.П. лежа на спине мяч вверху за головой.1-сесть, коснуться мячом носков ног\2-и.п | 6 раз | Дети с ВПС упражнение делают 3 раза |
| 8. | И.П.- мяч между колен.Прыжки.В чередовании с ходьбой.  |  | Дети с ВПС прыгают один подход. |
|  | **ОВД  способ подгрупповой** | **8 мин** |  |
| 1. | Прыжки на двух ногах через набивные мячи прямо, правым, левым боком.Ходьба по дорожке – балансиру. |  | Ноги вместе, дети с ВПС препятствия меньшего размера. |
| 2. | Броски мяча в кольцо, руки от груди. |  | Броски с определенного места. |
| 3. | Ведение мяча правой рукой до предмета |  | Обращать внимание на положение руки. |
| 4. | Упражнения на корригирующих мячах |  | «Клоун», « Мост» |
|  | Подвижная игра «Собери мячи»Подвижная игра «Ловишка с мячом» | **4 мин** | Соревновательное упражнение.Соблюдать правила игрыДети с ВПС бег сокращен. |
| **ІІІ** | **Заключительная часть** |  |  |
| 1. | Игра малой подвижности «Кувшинчик»Дети стоят по кругу. В центре круга ребёнок с мячом. Он проговаривает слова: «Я кувшинчик уронил и об пол его разбил. Раз, два, три (имя ребёнка) его лови!» Ребёнок бросает мяч об пол между собой и названным ребёнком. Тот ловит мяч и занимает место ведущего. | **2 мин** |  |
| 2. | Самомассаж мячами. | **2 мин** | Восстановление дыхания |

**3.Оценочно - рефлексивный этап**

**Инструктор:** Ребята, с какими мячами мы сегодня играли?

Как вы считаете, они помирились? Они все значимые?

Для вас приготовлены эмблемы , возьмите, пожалуйста, назовите какой достался вам мяч и назовите игру с этим мячом.

До свидания!