**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение детский сад №1п.Рамешки**

**Конспект физкультурного занятия для детей средней группы (для ребенка с нарушением зрения)**

Автор:

Старший воспитатель

Иванова Анна Александровна

инструктор по физическому развитию

Косцова Лариса Анатольевна

**Рамешки 2020**

**Программное содержание**:

1. Образовательные задачи:

Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками; повторить ползание на четвереньках.

1. Оздоровительные задачи:

Содействовать формированию правильной осанки и стопы.

1. Воспитательные задачи:

Воспитывать интерес к физической культуре и любовь к спорту.

Место проведения: спортзал

Оборудование: гимнастическая скамейка (1 шт.), мячи среднего размера ( 27 шт.).

Методы и приёмы: наглядный, словесный.

**Приемы в работе с ребенком с нарушением зрения:** сокращение повторений, дистанций, снижение темпа занятий, применение индивидуального подхода, смена тембра голоса воспитателя (громко-тихо,мягко-строго)

Длительность: 20 минут.

**Ход занятия:**

1. Вводно-подготовительная часть:
2. ходьба в колонне по одному (1круг);
3. ходьба на носочках, руки вверх (1круг);
4. ходьба на пятка, руки за спину(1круг);
5. на сигнал воспитателя изменить направление (поворот кругом в движении); ходьба в колонне по одному (1круг);
6. ходьба с высоким поднимание колен, руки на поясе (1круг);
7. обычная ходьба (1круг);
8. бег врассыпную (1круг); обычная ходьба (1круг).(Ориентируясь на состояние ребенка инструктор корректирует темп занятия,количество повторений)

Раздача пособий: воспитатель раздает.

**Перестроение для ОРУ: через центр по четыре.**

**(Применяется индивидуальный подход, используется нетрадиционный материал (мячик с веревочкой которая крепится на поясе ребенка,если он уронит мяч,то легко его найдет)).**

**ОРУ:**

И. п. - стойка ноги на ширине ступни, мяч в обеих руках вниз.

1- Поднять мяч вверх;
2- Подняться на носки;

3- Потянуться;

4- И.п..

4-5 раз **(Корректирует количество повторений в зависимости от состояния ребенка)**

Темп: умеренный

Обращаем внимание на прямые ноги, правильную осанку, прямые руки.

2.И. п. - стойка ноги на ширине плеч, мяч в правой руке.
1- Наклон вперед;

2- Коснуться мячом пола у левой ноги;
3- Выпрямиться;

4- Переложить мяч в левую руку.6 раз (снижение темпа занятий,применение индивидуального подхода)

Темп: умеренный

Обращаем внимание на прямые ноги, правильную осанку, амплитуду наклона.

3.**(сокращение повторений, дистанций, снижение темпа занятий, применение индивидуального подхода)**

И. п. - стойка ноги на ширине ступни, мяч у груди.

1- Присесть;

2- Мяч вынести вперед;

3- Подняться;

4- И.п..

5-6 раз

умеренный

Обращаем внимание на правильную осанку, прямые руки, глубину приседа.

4.(**сокращение повторений, дистанций, снижение темпа занятий,применение индивидуального подхода)**

И. п. - сидя, ноги врозь, мяч в согнутых руках перед собой.

1- Наклониться;

2- Прокатить мяч от одной ноги к другой;

3- Выпрямиться;

4- И.п..

6 раз **(Сокращение количества повторений, снижение темпа).**

Обращаем внимание на прямые ноги, правильную осанку, прямые руки, амплитуду наклона.

5.И. п. - лежа на спине, мяч в прямых руках за головой.

1- Согнуть колени;

2- Коснуться их мячом;

3- Выпрямиться;

4- И.п..

5-6 раз

умеренный

Обращаем внимание на прямые руки.

6.И. п. - стойка ноги слегка расставлены, руки произвольно, мяч на полу.

Прыжки на двух ногах в обе стороны.

3-4 раза (с небольшой паузой между серией прыжков).

Обращаем внимание на правильную осанку, глубину приседа.

Способ организации детей на занятии: фронтальный.

Схема:

1. **Основная часть:**

Выполнение комплекса ОВД:
Техника безопасности: следить за правильным выполнением движений.

1. Броски мяча о землю, и ловля его двумя руками (10-12 раз). Дети располагаются произвольно по всему залу.

2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени.

После показа и объяснения дети самостоятельно выполняют упражнение в бросках мяча в произвольном темпе. Основное внимание воспитатель уделяет правильному исходному положению - ноги слегка расставлены, руки согнуты в локтях, мяч в правой или в левой руке. Бросать мяч о пол следует одной рукой, а ловить двумя руками, стараясь не прижимать его к себе. (**сокращение повторений, дистанций,снижение темпа занятий,применение индивидуального подхода, смена тембра голоса воспитателя (громко-тихо,мягко-строго).**

**Подвижная игра ПОПАДИ МЕШОЧКОМ В КРУГ   (средняя группа)**

**Задачи:** Развивать у детей умение действовать по сигналу. Упражнять в метании правой и левой рукой.

**Описание:** Дети стоят по кругу. В центре круга выложен из веревки кружок, концы веревки связаны, круг можно начертить. Диаметр круга – 2 метра. Дети находятся на расстоянии 1-2 шагов от круга. В руках мешочки с песком. По слову воспитателя «Бросай!», все бросают свои мешочки в круг. «Поднимите мешочки!» - говорит воспитатель. Дети поднимают мешочки, становятся на место. Воспитатель отмечает, чей мешочек не попал в круг, игра продолжается. Дети бросают другой рукой.

**Правила:**бросать мешочек нужно по слову воспитателя «Бросай!»

Поднимать по сигналу «Поднимите!».

**Варианты**: вместо мешочков бросать шишки; разделить детей на подгруппы, каждая бросает в свой круг; увеличить расстояние. (**Смотря на состояние ребенка, можно предложить отдохнуть,избегая перенапряжения**)

Заключительная часть: Ходьба в колонне по одному (дыхательное упражнение) выполняем медленный вдох через нос и шумный выдох через рот.