***Конспект физкультурного занятия в логопедической группе для детей старшего дошкольного возраста с ОНР.***

**Задачи:**

* Упражнять детей в ходьбе разного вида, в прыжках, в ползании на четвереньках в прямом направлении, лёжа на животе в перёд и назад с одновременным движением рук.
* Учить детей короткому вдоху и длительному речевому выдоху при выполнении обще-развивающих упражнений.
* Научить детей действовать в соответствии с инструкцией, что приучает их ориентироваться в пространстве, развивает ловкость.
* Развивать у детей умение расслабляться, воспитывать внимание, сосредоточенность.

**Оборудование:**

* Фитбол - мячи на каждого ребёнка.
* Гимнастическая скамейка.

**I Вводная часть.**

Чтоб расти и закаляться,

Не по дням , а по часам

Физкультурой заниматься,

Заниматься надо нам.

*Перед тем как заниматься,*

*Надо нам, друзья, размяться.*

* обычная ходьба;
* ходьба на носках, руки вверх, смотреть на ладони;
* обычная ходьба;
* ходьба с высоким подниманием колен, руки впереди;
* обычная ходьба;
* Ходьба на внешней стороне стопы;
* Обычная ходьба;
* Лёгкий бег;
* Обычная ходьба;
* подскоки, руки на поясе;
* обычная ходьба;
* бег врассыпную, не наталкиваясь друг на друга;
* обычная ходьба;

*Упражнение на дыхание: “Мыльные пузыри”*

И.п.: ноги вместе, руки у лица, как будто держат во рту соломинку и надувают мыльные пузыри.

1 - вдох, потянуться плечами вверх,

2 - выдох, опустить плечи (4р.)

Ходьба детей по залу с раздачей мячей - фитболов

**II Основная часть.**

***1 Общеразвивающие упражнения с мячами -  с фитболами.***

*- Наклоняем мы головку,* (для шеи)

*Делаем всё это ловко.*

И.п.: сидя на мяче, руки на поясе.

1.- наклон головы вперёд.

2.- исходное положение.

3.- наклон головы назад.

4.- исходное положении.

Вдох- наклон головы, выдох - исходное положение. (по 4 раза)

*- Подъём руками начинай,* (для рук)

*Но смотри, не отставай.*

И.п.: стоя, мяч в опушенных руках.

1.- поднять руки вверх, потянуться- вдох.

2.- опустить руки – выдох.

Выполнять в медленном темпе (6 раз)

*- Будем все стараться,* (наклоны)

*Дружно наклонятся.*

И.п.: сидя на мяче, руки на поясе, ноги на ширине плеч.

1.-развести руки в стороны - вдох.

2.-наклонить туловище вниз - выдох.

3.-исходное положение.

Вдох обычный, на выдохе имитировать “стон” на гласном звуке “о-о-о”. (6 раз)

*А теперь пора присесть,* (приседание)
*Наши ножки разогреть.*

И.п.: стоя, мяч на полу.

1.- потянуться вверх, поднять мяч над головой - длинный вдох.

2.- резкий присест с опорой руками на мяч, колени в стороны - короткий выдох.

3.- исходное положение.

Выполнять в разном темпе: при вдохе движения пластичные, мягкие, при выдохе - динамичные, резкие. (6 раз)

*Дружно крутим мы педали,* (для ног и туловища)
*Вы такого не видали.*

И.п.: сидя на мяче.

1.- имитация ходьбы с высоким подниманием колена, сидя на мяче.

Дыхание свободное, темп средний. (1-2 мин.)

*Посмотрите-ка на нас,* (прыжки)
*Прыгать будем мы сейчас.*

И.п.: сидя на мяче.

Ритмичные прыжки сидя на мяче.

Дыхание свободное, темп средний. (20 раз по 2)

Перестроение в колонну

***1. Основные***

Занятия на тренажёрах по станциям (Раздаются карточки). Один ребёнок показывает.

***2. Подвижная игра с мячом- фитболом « Найди мяч»*** Дети располагаются по залу.

Пока играет музыка дети бегают по залу, музыка остановилась дети садятся на мячи, кому мячика не хватило говорят: «Таня, Таня не зевай себе мячик выбирай»

**III Заключительная часть.**

*Упражнение на расслабление*

«Воздушные шарики»

Все вы- воздушные шарики, очень красивые и весёлые. Вас надувают, и вы становитесь всё легче и легче. Всё ваше тело становится лёгким, невесомым. И ручки лёгкие, и ножки стали легкие- лёгкие. Воздушные шарики поднимаются всё выше и выше.Дует тёплый, ласковый ветерок, он нежно обдувает каждый шарик. (пауза- поглаживание детей) .Обдувает шарик. ласкает шарик. Вам легко, спокойно. Вы летите туда, куда дует ласковый ветерок. Но вот пришла пора возвращаться домой. Вы снова в этой комнате. Потянитесь и на счёт «три» откройте глаза. Улыбнитесь .