**Конспект непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию в подготовительной к школе группе компенсирующего вида окулистической направленности.**

**Месяц, неделя:** Февраль, III.

**Задачи:** 1) Закрепление навыка передаче и ловле мяча. 2) Закрепление умения ходить по гимнастической скамейке на носках. 3) Закрепление навыка ведения мяча в движении.

4) Укреплять мышцы верхнего плечевого пояса, туловища, ног.

**Коррекционные задачи:** 1) Способствовать развитию координации, ловкости и глазомера.

**Инвентарь:** Мячи баскетбольные № 3 – по количеству пар, скамья гимнастическая 4 шт., свисток.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Частные задачи** | **Содержание** | **Дозировка** | **Ому** |
| **Вводная часть (6 мин.)** |
| Приветствие, постановка задач. | 1. Построение в шеренгу
 |  |  |
| Ориентировка в пространстве. Сосредоточение внимания. | 1. Команды: «налево!», «направо!», «кругом!».
 |  | Команда «кругом!» выполняется через левое плечо. |
| Профилактика плоскостопия, улучшение осанки. | 1. Ходьба в колонне по одному различными способами:

- руки вверх, на носках,- руки за спину, на пятках |  | Идти по красной линии, соблюдать дистанцию.Голову поднять, живот втянуть, смотреть прямо. |
| Укрепление дыхательной и сердечно сосудистой системы. Способствовать развитию внимания и ориентировки в пространстве. | 1. Ходьба, переходящая в лёгкий бег с выполнением заданий по диагонали:

- бег с высоким подниманием бедра,-бег с захлёстыванием голени,- прыжками на правой, (левой) ноге,- с ускорением. | 1 раз.1 раз.По 1 разу.3 раза. | Обращать внимание на правильное дыхание, следить за координацией движения. |
| Восстановление дыхания. | 1. Ходьба в колонне, с выполнением дыхательного упражнения: руки через стороны вверх – вдох носом, руки через стороны вниз – выдох.
 | 3-4 раза. | Вдох носом, выдох длиннее вдоха. |
| Способствовать развитию внимания. | 1. Ходьба в колонне, проходя мимо корзины с б/мячами взять б/мяч через одного.
 |  | Следить, чтобы мяч брали через одного. |
| Способствовать развитию ориентировке в пространстве. | 1. Перестроение из одной колонны в две
 |  | Во время перестроения следить, чтобы дети останавливались на кружках. |
| **Основная часть (21 мин)** |
|  | ОРУ с б/мячом в парах (7мин.) |  |  |
| Восстановление дыхания после бега. | 1.И.п. – О.с. лицом друг к другу (расстояние 2-3м).1 – мяч вверх, вдох.2 – наклон вперёд, протолкнуть мяч по полу партнёру, выдох. | 4-6 раз. |  Следить, чтобы мяч катился точно в руки партнёру. |
| Укрепление мышц туловища, развитие координации. | 2.И.п. – О. с., стоя спиной друг к другу. Повороты туловища вправо, влево с передачей мяча друг другу.  | 6-8 раз | Следить, чтобы ноги не отрывались от пола. Спиной на партнёра не наваливаться. |
| Укрепление мышц спины, плечевого пояса, развитие координации. | 3.И.п. – Ш.ст., стоя спиной друг к другу. Один партнёр передаёт мяч сверху через голову двумя руками, другой партнёр – снизу между ног.  | 6-8 раз | После 4-х повторений поменяться: кто передавал сверху, передаёт мяч снизу. |
| Укрепление мышц ног, развитие координации. | 4.И.п. – О.ст., лицом друг к другу (расстояние 1,5м). 1 – выпад правой ногой вперёд передать (взять) мяч двумя руками,2 – И.п.3 – выпад вперёд левой ногой передать (взять) мяч,4 – И. п. | 6-8 раз | Во время выпада туловище держать прямо, угол сгибания в коленном суставе – прямой. |
| Развитие гибкости мышц ног (задней поверхности), укрепление прямой мышцы живота. | 5.И.п. – лицом друг к другу, сед на полу, мяч держать двумя руками у груди, стопы прижать к стопам партнёра, ноги прямые.1 – лечь на спину с мячом (без мяча), 2 – поднять туловище,3-4 – передать (взять) мяч. | 6-8 раз | Ложиться не полностью, только коснуться лопатками пола и встать, во время передачи мяча колени не сгибать. |
| Развитие прыгучести и скоростно-силовых качеств, развитие ловкости | 6.Один партнёр выполняет ведение мяча на месте правой рукой, второй партнёр в это время выполняет прыжок «звёздочка» , затем передают мяч, кто прыгал, тот делает ведение мяча. | Поменяться 4 раза. Прыжки 2 раза по 10. | Ведение делать сначала правой рукой, потом левой. Прыжок выполняется из упора присев, в прыжке – ноги врозь, руки в стороны и сразу же приземление в упор присев. |
|  |  **ОВД**  |  |  |
| Укрепление мышц верхнего плечевого пояса, развитие ловкости и глазомера, воспитание внимания. | - Передачи мяча в парах от груди двумя руками,- передачи мяча в парах от груди с отскоком от пола,- ведение мяча с продвижением вперёд, обойти партнёра не прекращая ведения, вернуться на своё место, сделать передачу от груди двумя руками. | 8 мин. |  Следить, чтобы ноги были полусогнуты, руки перед грудью (особенно у тех, кто ловит), во время передачи руки выпрямлять в локтевых суставах. Во время ведения мяча руку выпрямлять до конца, давить на мяч, разгибая руку. Пальцы широко расставлены, каждым кончиком пальцев касаться мяча. |
| Подготовить детей к выполнению ОВД на гимнастической скамейке | Дети по команде кладут мячи в корзину и встают на свои места. Воспитатель вместе с мальчиками ставит скамейки параллельно друг другу. Дети выстраиваются в две колонны за скамейками. | 1 мин. |  Расстояние между скамейками 40-50 см.  |
| Профилактика нарушения осанки, укрепление мышц ног. Развитие чувства равновесия. | Ходьба в парах на носках, взявшись за руки по двум параллельно стоящим скамейкам. Дойдя до конца скамейки, руки отпустить выполнить соскок, приземляясь на две ноги. | 2 мин. |  Следить, чтобы дети держали спину прямо, а голову не опускали вниз.  |
|  | **Подвижная игра**  |  |  |
| Закрепление навыка ловли мяча. Развитие скоростно-силовых качеств. Воспитание смелости и взаимоуважения. | «Охотники и утки».Дети разделены на две команды. Одна команда – охотники, стоят за чертой на двух противоположных сторонах. Другая команда – утки, стоят в середине. У охотников два мяча. По команде охотники начинают «стрелять» по «уткам», т. е. бросать в них мяч, не выходя за черту, а утки должны увернуться.  | 6 мин. | Нужно за короткий отрезок времени переловить всех уток. Затем команды меняются местами |
|  | **Заключительная часть (3мин)** |  |  |
| Восстановление дыхания. Развитие зрительного внимания. | Игра малой подвижности «Угадай, кто ушёл?». Дети сидят на скамейке. Воспитатель предлагает водящему закрыть глаза и отвернуться, в это время одного ребёнка надо спрятать. Водящий должен повернуться и угадать – кого нет. | 2-3 раза. | Дети, сидящие на скамейке не должны подсказывать, кого нет. |
|  |  По окончании игры дети на носках выходят из зала. |  |  |