***Муниципальное дошкольное образовательное учреждение***

***«Детский сад №91 компенсирующего вида»***

***Динамический час для детей с ОВЗ***

***старшей и подготовительной групп***

 ***Разработала:***

 ***воспитатель***

 ***Кутешова Е.Н.***

***Сентябрь 3-4 неделя***

***Комплекс №1***

Ходьба друг за другом по площадке, медленный бег друг за другом 1 мин. Ходьба с выполнением заданий для рук.

**О.В.Д.**

1. Ходьба друг за другом по бревну, приставным шагом прямо.

2. Бег со средней скоростью 40 с. Ходьба .

3. Бросание мяча вверх и ловить его 2-мя руками.

**П/И***: «Самолёты»*. Дети бегут по площадке, изображая самолеты. «Самолеты» не должны сталкиваться и «ломать» крылья. Потерпевшие аварию подходят к воспитателю, который после «ремонта» вновь отправляет их летать .

*«Ловишки».* Выбирается ловишка, он стоит на середине площадки. Все дети расположены произвольно на площадке. Воспитатель говорит : «Ты ловишка не зевай , а быстрей нас догоняй. 1-2-3- лови»Дети разбегаются по площадке.

 Ловишка старается догнать их (коснуться рукой.) Тот, кого поймали отходит в сторону. Зачем выбирается др. ловишка.

**М/П игра:** «Угадай, кто позвал?»

**Дыхательная гимнастика***: «Самолёты»* (р-р-р) тихо-громко.

Ходьба 1-1,5 мин.

***Октябрь 1-2 неделя***

***Комплекс №2***

Ходьба в колонне четким шагом. Медленный бег по площадке «змейкой» между резиновыми колесами.

**О.В.Д.**

1. Бросание мяча друг другу.

2. Лазанье по гимнастической лесенке.

3. Бег со средней скоростью 40 мин.

**П/И:** *«Цветные автомобили»* Дети стоят на одой стороне площадке. Это автомобили в гараже. Каждый из играющих держит в руках флажок (картонный диск синего, желтого или зеленого цвета ). Воспитатель стоит в центре площадки. Он поднимает один из флажков (можно 2 или все 3)- дети имеющие предмет этого цвета, разбегаются по площадке, подражают езде автомобиля, гудят. Когда воспитатель опустит флажок, автомобили останавливаются и едут в гараж. Игра повторяется (4-6р.) У воспитателя может быть и красный флажок, неожиданно он поднимает его, дети должны остановиться.

*«Птички и кошка».* На земле обозначается круг (5-6 м). В центре «кошка»-ребенок. Остальные дети за кругом- они птички. Кошка засыпает. Птички влетают в круг , клюют зернышки. Кошка просыпается, видит птичек и начинает ловить их. Тот, кого поймает кошка в кругу, считается пойманным и идет на середину круга. Когда кошка поймает 2-3 птичек, выбирается новая кошка. Игра повторяется(4-5р).

**М/П игра:***«Летает – не летает»* Дети с воспитателем стоят по кругу. Воспитатель называет одушевленные и неодушевленные предметы, которые летают и не летают. Дети поднимают обе руки вверх и произносят слово «летает» только в том случае , если воспитатель назвал действительно летающий предмет.

**Дыхательная гимнастика**: « *Подышим свежим воздухом».* Глубокий вдох через нос , выдох через нос. Ходьба 1-1,5

***Ноябрь 1-2 неделя***

***Комплекс №4***

Ходьба друг за другом с остановкой по сигналу. Медленный бег по площадке друг за другом до 1 мин. Ходьба 3-4 глубоких вдоха .

**О.В.Д.**

1. Ходьба по бревну боком приставным шагом.

2. Прыжки на месте на двух ногах (20-30 сек.)

3. Бег со средней скоростью 40 сек.

**П/И:** *«Зайка серый умывается»* Все играющие стоят в кругу- они зайцы.И произносят слова : «Зайка серый умывается, видно в гости собирается. Вымыл носик. Вымыл хвостик, вымыл ухо, вытер сухо и попрыгал в гости!»Дети выполняют движения в соответствии с текстом. Затем они скачут на другую сторону площадки и обратно.

Игра повторяется 5-6 раз.

*«Зайцы и волк»* см. комплекс №3

**М/П игра:**  *«Угадай, кто позвал»* см. комплекс №1.

**Дыхательная гимнастика:** *«Понюхаем цветок»*

Ходьба друг за другом 1 мин.

***Ноябрь 3-4 неделя***

***Комплекс №5***

Ходьба в колонне по одному. Ходьба с выполнением заданий – маленькие ножки- большие ножки (мелкий- широкий шаг). Бег врассыпную. Ходьба друг за другом.

**О.В.Д.**

1. Ходьба змейкой между предметами.

2. Метание мешочков в цель.

3. Бег со средней скоростью 40 сек.

**П\И** *: «Самолеты»* см. комплекс №2

**М/П игра**: *«Найди и промолчи».* Дети стоят вдоль одной стороны площадки лицом к воспитателю. По сигналу воспитателя дети поворачиваются и начинают искать этот предмет. Нашедший, подходит к воспитателю и тихо говорит ему на ухо . где он обнаружит предмет. Игра продолжается до тех пор . пока большинство детей не найдут платочек. Игра повторяется 3-4 раза.

**Дыхательная гимнастика:** *«Самолёт»* (р-р-р) тихо-громко.

Ходьба друг за другом 1 мин.