Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад комбинированного вида с группами для детей с нарушениями речи №57»

**Конспект сюжетного физкультурного занятия**

**«Морское царство»**

(в подготовительной к школе группе для детей с тяжелыми нарушениями речи)

 Составила :

 воспитатель МБДОУ «Детский

 сад комбинированного вида

 с группами для детей

 с нарушениями речи №57»

 Шигапова Альфия Фахриевна

 1 квалификационная категория

г. Нижнекамск, 2015 г.

**Конспект сюжетного физкультурного занятия «Морское царство»**

(в подготовительной к школе группе для детей с тяжелыми нарушениями речи)

**Место проведения**: физкультурный зал.

**Форма одежды:** спортивная.

**Физкультурный инвентарь:** гимнастические скамейки, кегли, валики, гимнастическая стенка, наклонная доска, дуги.

**Цель:** Повышать общую физическую подготовку детей, развивать общую выносливость.

**Задачи:**

-Совершенствовать навыки основных движений: ползание, лазание, равновесие.

-Развивать навыки совместных взаимодействий. Способствовать развитию равновесия, формированию правильной осанки.

-Развивать координацию слова с движением.

-Восстанавливать энергетические силы.

**Ход занятия:**

***Вводная часть.***

Медитация: «выливание из кувшинчика».

Дети сидят на ковровой дорожке на пятках.

Воспитатель:

- Дети, представьте себе, что ваша голова большой. расписной кувшин с ручкой. И там накопилось много того ,чего не должно быть в вашей голове. Медленно наклоните голову вперед к полу и вылейте из кувшина грязную воду, и боль, и обиду, и злобу. чтобы наполнить чистой водой. А сейчас встаньте, сделайте два шага вперед, подойдите к реке с хрустальной водой, присядьте. наклонитесь, наберите пригоршню « воды», поднимите руки с «водой» вверх, вылейте на себя и произнесите радостно, громко, продолжительно «и-и-и».

1.А сейчас скажите, кому принадлежат эти предметы. Показывает бинокль, якорь, бескозырку, спасательный круг.

 Расскажите стихотворение о море, о моряках.

Мы ребята любим море.

По морям да по волнам

В боевом идем дозоре

Нынче здесь, а завтра там.

Капитан прикажет строго

Дать машине полный ход.

Здравствуй, синяя дорога,

Наш корабль идет в поход.

Бескозырка и тельняшка

И на лентах якоря,

На ремне большая пряжка моряку даны не зря.

Предлагаю поиграть в моряков.

Дети- матросы, воспитатель- капитан. Построение в шеренгу

«Внимание матросы, На палубе корабля стройся! Смирно! На ведущего равняйсь! Смирно!» Матросы не боятся ни крутых волн, ни ветра, ни бури. Они сильные, уверенные в себе. Спина прямая, голову держим прямо.

Перестроение в колонну по одному поворотом (команда «Напра-во!»)

**2.** Разновидности ходьбы «Морской парад»

а) обычная в колонне по одному (команда «В обход налево шагом марш!»)

б) по диагонали ( команда « По диагонали марш!)».Повторить 3 раза с разных точек.

**3**.Разновидности бега .(«Аврал! Учебная тревога!»). Обычный, с препятствиями (по гимнастической скамейке, «Змейкой»между кеглями, перепрыгивая через валики, лежащие на полу, темп средний(2 раза)

**4**.Ходьба обычная.(Отбой учебной тревоги». Перестроение в 2 колонны. Интервал, дистанция 2 шага.

**Основная часть.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Общеразвивающие упражнения | Речевка | Темп | Дозировка |
| 1.Встать на скамейки. Водолазы спрыгнули в воду и очутились на дне морском. Спрыгнуть со скамейки.И. П. Ноги врозь руки внизу1- поднять прямые руки перед собой вверх,2-наклон туловища вправо,3-выпрямиться,руки вверх,4-и.п. То же влево.  | Водоросли тянутся через толщу воды к солнышку, но появился ветер, и вода уносит их то в одну сторону, то в другую. | Медлен-ный | 6 раз |
| 2. «Плавающие лягушата» И.п. Ноги на ширине плеч, слегка согнуты в коленях, перед грудью.1- развести руки в стороны, очертить круги перед собой, выпрямить ноги, подняться на носки, втянуть живот, вытянуть шею.2-и.п. | Вот прозрачной воде плавает, вытянув ножки лягушка . | Средний | 6-8 раз |
| 3. « Волна» ( Небольшая волна то опустится на дно, то снова поднимется).И.п. стоя на коленях руки на поясе.1-2-сесть на правое бедро, руки влево.3-4-вернуться в и.п. | По морю идет, идет,А на берегу пропадет. | Медлен-ный | 6-8раз |
| 4. «Морской конек»И.п.-о.с. руки на поясе. 1-выпад правой ногой вперед;2-3 пружинистые покачивания;4- и.п., То же с левой ноги. | Необычно плавает, «стоя» то сделает рывок вперед, то замрет, покачиваясь в воде | Средний | 6 раз |
| 5 «Морская черепаха» (Осторожная-то выглянет из домика, то снова спрячется)И.п. Сидя на полу ,колени подтянуть к животику. обнять руками голову наклонить к коленям.1-2-поднять вверх- вперед прямые ноги(«угол»),руки в стороны, голову поднять, шею вытянуть,3-4 вернуться в и.п. | На себе ношу я дом, от зверей я прячусь в нем. | Медлен-ный | 6 раз |
| 6. «Улитка ползет» (гибкая пластичная, но немного медлительная)И.п. стоя на коленях или сидя на пятках голову наклонить к коленям, вытянутые вперед руки опустить на пол.1-2 скользящим движением лечь на живот, оперевшись на локти, голову и плечи поднять;3-4 такими же скользящими движениями вернуться в и.п.  | Кто так медленно ползет,На себе свой дом несет? | Медлен-ный | 6 раз |
| 7. «Кит плывет» (большой, красивый кит прекрасно плавает в воде). И.п лежа на спине прямые за головой.1-3 – повернуться на правый, (левый) бок;2-4 – вернуться в и.п. | Через море- океан плывет чудо-великан, пряча ус во рту, растянулся на версту. | Средний | 8 раз |
| 8. «Дельфины» (добрые, ласковые дельфины резвятся в воде)1-3 – прыжок на месте на двух ногах.4 – прыжок с поворотом на 90 градусов. |  |  | 4 раза |
| 9. Упражнение на восстановление дыхания. «Нагоним волны».И.п. ноги на ширине плеч, руки внизу. Набрать как можно больше воздуха, надуть щеки – вдох;Плавно наклониться вперед – вниз, легко постукивая кулачками по щекам, выдыхая воздух небольшими порциями – выдох.  | Произносить ф-ф-ф. | Медлен-ный | 3-4 раза |

Поднялись волны, выкатили всех на песчаный берег.

Построение в колонну по одному « Моряки вернулись на борт корабля.»

Основные движения: Схема круговой тренировки.

«1 станция - гимнастическая скамейка.

«2 станция»- гимнастическая скамейка, наклонная доска.

«3станция» - дуги установленные «туннелем».

«4 станция» - гимнастическая скамейка.

«5 станция» - кегли (8-10 штук)

«1 станция». «По палубе в шторм». Проползание на четвереньках по гимнастической скамейке.

 «2 станция». «Взбираемся по реям» Влезть на первый пролет гимнастической стенки, приставным шагом, перебраться на второй, спуститься вниз.

То же повторить на 3-4 пролетах, затем сесть на наклонную доску и по ней скатиться вниз.

«3 станция». Спуск в трюм. Проползание под дугами, составленными туннелем.

«4 станция». «Переход на соседнюю мачту». Переход по канату , лежащему на полу, стараясь не потерять равновесие, не касаясь пола.

. «5 станция». «По скользкому трапу». Проползание на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь на руках.

«6 станция» «Между подводными рифами». Бег змейкой, обегая кегли, стараясь не задевать.

Подвижная игра: « Спрыгни в воду». Подводящие упражнения:

1. И.п. стоя, ноги вместе, руки на поясе. 1- подняться на носки; 2- и.п.

2. И.п. то же,1- полуприсед; 2- и.п.

3. И.п. то же,1- подняться на носки; 2- опускаясь на носки полуприсед.

4. И.п. то же, 1- полуприсед; 2- прыжок вверх выпрямившись.3 –приземляясь с носка на стопу, полуприсед. 4- и.п.

Подвижная игра «Акула»

Дети стоят на скамейках, выбирается водящий «Акула». По команде «В воду!» дети спрыгивают со скамейки и бегают по залу, изображая плавание.

По сигналу «Акула!», «Быстро из воды! – «Акула « старается поймать(дотронуться рукой) детей, которые не успели влезть на скамейки. Повторяется 3-4 раза.

***Заключительная часть. Релаксация*.**

1. «Запах моря» Моряки вышли на берег. «шторм прекратился.

И.п. стоя ноги врозь, руки внизу, мышцы предельно расслабить.

После выдоха медленно втягивать воздух пытаясь уловить запах моря.

«Дышим как будто не только носом но и всем телом. Воздух проникает через кожу» (выполняется 2 раза).

2. «Сон на берегу моря» Выглянуло солнце, погуляем на берегу ,ощущая как вода ласкает ноги, какая она теплая, нежная. Моряки ложатся на песок и закрыв глаза слушают шум моря.

Включается тихая музыка-шум прибоя. Воспитатель спокойным голосом рассказывает, что всем снится один и тот же сон, что они видят море с прозрачной, голубой водой. (Или же, поют птицы, порхают бабочки, на живот села бабочка, покачаем ее) - дыхание животом.