**Управление образования Администрации города Новочеркасска муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №9 Тематическая неделя для педагогов города Новочеркасска**

**Конспект сюжетно-игрового физкультурного занятия с родителями и детьми подготовительной к школе группе (группа компенсирующей направленности для детей с ФФНР) «Королевство волшебных мячей» (фитбол-аэробика)**

**Разработала: Чемерова Л.В.,**

**инструктор по физической культуре,**

**высшей квалификационной категории**

**2016-2017 учебный год**

**Дата**: 6 декабря 2016 г.

**Время:** 9.00

**Место проведения**: физкультурный зал.

**Форма деятельности:** НОД (подгруппа).

**Тип:** учебно**-**тренировочное, вид (сюжетно-игровое).

**Приоритетная ОО:** «Физическое развитие», раздел «Физическая культура».

**Продолжительность НОД:** 30 минут.

**Количество участников:** 7 воспитанников с родителями.

**Целевые ориентиры/предполагаемый результат:**

*Дети:*

* проявляют интерес к фитбол-мячу, желание действовать с ним самостоятельно и в паре с родителем;
* выполняют комплекс ОРУ с использованием фитбол-мячей в едином для всей группы темпе;
* выполняют упражнения из разных исходных положений с проговариваем стихов в ритм движений и в такт любимой мелодии;
* проявляют эмоциональный подъем, чувство радости и удовольствия от совместных занятий с родителями;
* демонстрируют знание правил работы на больших мячах.

*Родители:*

* поддерживают интерес детей к упражнениям и играм с фитболами на протяжении всего занятия посредством выполнения упражнений из разных исходных положений самостоятельно и в паре со своим ребенком;
* знают правила работы на фитбол- мячах и его использование в домашних условиях для развития у ребенка ритмического чувства, фонематического восприятия, речи, слухового внимания, памяти, координации, равновесия, осанки;
* знают как использовать массажный мячик «Су-джок» для укрепления мышц пальцев, кисти, развития мелкой моторики рук.

**Цель: «**Создание условий для формирования интереса к играм с фитбол-мячами, желания использовать их в самостоятельной двигательной деятельности в детском саду и в домашних условиях».

**Задачи:**

*Образовательные*

* совершенствовать выполнение комплекса ОРУ с использованием фитбол-мячей в едином для всей группы темпе;
* продолжать учить детей короткому вдоху и длительному речевому выдоху при выполнении общеразвивающих упражнений с использованием фитбол-мяча;
* приучать детей следить за положением своего тела при выполнении упражнений на фитбол-мячах.

*Развивающие*

* способствовать укреплению мышц пальцев, кисти, развивать мелкую моторику рук посредством массажного мячика «Су-джок»;
* развивать ритмическое чувство, координацию, слуховое внимание, память, фонематическое восприятие, речь, равновесие, осанку посредством уникального сочетания: физических упражнений, фитбола, музыки, проговаривания стихов в ритм движений и в такт любимой мелодии.

*Воспитательные*

* вызвать эмоциональный подъем, чувство радости и удовольствия от совместных занятий с родителями.
* воспитывать положительные морально-волевые качества через взаимодействие ребенка с самыми близкими и родными ему людьми.

**Взаимодополняющие ОО:** «Речевое развитие» (логоритмика - проговаривание стихов в ритм движений), «Социально-коммуникативное развитие» (раздел «Формирование основ безопасности» - правила работы на больших мячах; раздел «Социализация, развитие общения, нравственное воспитание» -взаимодействия детей с взрослыми и сверстниками ).

**Виды детской деятельности:** двигательная, игровая (*подвижная игра*), коммуникативная, восприятие художественной литературы (*использование художественного слова*), музыкальная (*выполнение упражнений под музыку*), элементарный труд *(убрать фитбол - мячи на место).*

*Примечание:* Синтез различных видов деятельности подчинен одной цели - мотивация здорового образа жизни и формирование здоровья.

**Предварительная работа (взаимодействие со специалистами):**

*Учитель логопед:*

-подбор материала (пальчиковая идыхательная гимнастика).

*Музыкальный руководитель:*

-подбор музыкального ряда;

*Воспитатели:*

-рисование, лепка, аппликация на тему: «Мой волшебный мяч».

-чтение художественной литературы;

-рассматривание иллюстраций, фотографий и др.;

- подвижные, дидактические игры.

**Индивидуальная работа:** Шишлов Тимофей (диагноз «левосторонний гемипарез» - ослабление двигательных функций левых руки и ноги) – уменьшение физической нагрузки, частичная замена бега на быструю ходьбу.

**Для решения поставленных задач будут использованы следующие методы:**

* *Словесные* – объяснения упражнений, указания, похвала, команда, беседа, литературные (проговаривание стихов при выполнении движений.)
* *Наглядные* – показ, имитация, участие инструктора по физической культуре и родителей в играх и упражнениях, звуковые и зрительные ориентиры.
* *Практические* – упражнения, конкретные задания, игровые приемы, поддержка и помощь. Применение необычных исходных положений, быстрая смена различных положений (сесть, лечь, встать). Изменение скорости или темпа движений, введение разных ритмических сочетаний, различной последовательности элементов. Смена способов выполнения упражнений. Использование в упражнениях предметов различной формы, массы, объема, фактуры содействует развитию умения распределять движения в пространстве и во времени, сочетать их с движениями тела, требующими разносторонней координации и тонких мышечных ощущений.

**Методическое обеспечение:**

* Веракса Н.Е., Комарова Т.С., Васильева М.А. «Основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией -3-е изд.. испр. И доп.- М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ,2016.-368 с.;
* Казакевич Н.В., Кузьмина С.В. «Фитбол-гимнастика, как средство развития координационных способностей у дошкольников 5-7 лет с общим недоразвитием речи» - СПб.РГПУ им А.И.Герцена, 2011.
* Овчинникова Т.С. «Занятия, упражнения и игры с мячами, на мячах, в мячах», учебно-методическое пособие к «Программе воспитания и обучения дошкольников с **ТНР»** - СПб.: КАРО, 2010.-248 с.;
* Сайкина Е.Г., Кузьмина С.В. Парциальная программа «Фитбол-аэробика для дошкольников» «Танцы на мячах» - СПб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС»», 2016.-160 с.

**Оборудование**: физкультурная форма, «фитбол-мячи» , массажный мячик «су-джок» - по количеству участников, тематическое украшение зала (разноцветные картинки мячей), печатная продукция - буклет для родителей «Игры на фитболах», магнитофон, музыкальный ряд (<http://www.sportykid.ru/pesni_o_sporte.html>; <https://yandex.ru/video/search?filmId),>

**Ход занятия**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Содержание двигательных действий | Дозировка | Содержания занятия | Общие методические указания |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| **Вводная часть** |
| **1.**Построение в круг**2.**Ходьба: -обычная;- ходьба на носках, руки на поясе;-ходьба с высоким подниманием колен, руки впереди;-ходьба на пятках, руки в стороны; - ходьба в глубоком приседе ( «гуськом»);**3.**Бег:- легкий;-прямой галоп;-бег с махом прямой ноги в перед.**4.**Ходьба с использованием дыхательных упражнений:*“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.)**5.**Ходьба на носочках врассыпную с мячом в руках над головой | 1-2 мин20 сек2 раза50-60 сек1-1,5 мин30 сек30 сек | **Инструктор:** Здравствуйте, ребята и родители! Я рада вас всех видеть в этом зале. Сегодня мы с вами встретимся с нашими друзьями волшебными мячами. А с какими из них вы сейчас узнаете. Приготовьте свои ладошки для встречи с одним из них и закройте глаза. *Инструктор по физической культуре кладет каждому участнику в руки массажный мячик* *«Су-джок».***Инструктор:** ребята кто расскажет всем нам что это? И для чего он нам нужен?! *Варианты ответов детей: массажный мячик, массажер, шарик для массирования рук.* **Инструктор:** Сейчас мы с вами научим наших мам как с нашим другом можно поиграть. *Дети с инструктором выполняют логоритмическое упражнение, массируя**«Су-джоком» пальцы рук.*«Я мячом круги катаю,Взад-вперед его гоняю.Им поглажу я ладошку,Будто я сметаю крошку,И сожму его немножко.Как сжимает лапу кошка.Каждым пальцем мяч прижмуИ другой рукой начну.**Инструктор:** Для встречи с другим другом отправляемся в путь. *Родители становятся в колонну за инструктором рядом со своим ребенком. Дети в колонну за направляющим ребенком.***Инструктор:** Чтоб расти и закаляться, Не по дням, а по часам Физкультурой заниматься, Заниматься надо нам. *Перед тем как заниматься,* *Надо нам, друзья, размяться.* **В пути**Мы команда хоть куда,Не пугает нас беда.Мы шагаем по дороге,Поднимаем дружно ноги! *(2 раза)*А теперь ходьба другая,Мы на пятках друг за другом.Ветви низко наклонились,Мы гуськом теперь пустились!Вместе дружно зашипели (шшшшш),По сторонам все посмотрели!Чтобы крепче были ножки,Пробежимся по дорожке!А сейчас бег необычныйОседлаем скакуна! А спина у нас прямая. Вот такие вот дела.Чтобы крепче были ножки,Мы походим по дорожке и все тише, тише, тише, чтоб не услышали нас мыши.**Инструктор:** И пришли к нашим друзьям фитбол-мячам. Приглашают они нас в путешествие сейчас!Вот какие они разные и по цвету и по размеру. предлагаю вам найти себе друга!*Дети и родители берут фитбол-мячи по размеру.***Инструктор:** Дети и родителивозьмите мяч так, как я, и скажите волшебные слова: Шар волшебный, повернись, В шар воздушный превратись. Полетели, полетели. Все моря перелетели.Друг напротив друга приземлились,тихо сели.*Дети и родители становятся напротив друг друга. Разметки «М» - мама, «Р» - ребенок.* | Музыкальное сопровождение (звучит песня «Веселый мячик»).Указание-направляющий, замыкающий.Следить за осанкой.Положение рук.Ходьба снижает тонус мозговых сосудов и улучшает мозговой кровоток, стимулирует умственную деятельность*.* При беге происходит укрепление ног, положительное влияние на легкие и сердце. Следить за осанкой.Следить за дыханием через нос.Носом-вдох. Выдох-через щеки, руками-имитация надувания пузырей.Дети и родители повторяют движения за инструктором и располагаются по залу *(мамы возле буквы «М», ребята возле буквы «Р»).*Следить, чтобы дети взяли правильно фитбол.Правильно сед на фитбол. |
| **2.Основная часть** |
| **Общеразвивающие упражнения с фитбол- мячами** **1.**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.**2.**И.п.: стоя, мяч в опушенных руках.1.- поднять руки вверх, потянуться- вдох.2.- опустить руки – выдох.Выполнять в медленном темпе.**3.**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”. **4.**И.п.: сидя на мяче, стопы на полу, руки на бедрах, спина прямая; 1-2 перекаты стопами с пятки на носок и обратно.**5.**И.п.: сидя на мяче.1.- имитация ходьбы с высоким подниманием колена ,нога на пятку в сторону, руки на поясе. **6.**И.п.: сед на мяче, широкая стойка, руки в упоре на коленях.1-8-удерживание правильной осанки при медленном покачивании.**7.**И.п.: сидя на мяче.Ритмичные прыжки сидя на мяче с одновременными ударами по мячу.Дыхание свободное, темп средний. **8.**И.п.: стоя возле своего мяча.Прыжки вокруг мяча на двух ногах.**Основные движения.****1.**И.п.: стоя на коленях, мяч в руках. Круговые движения вокруг своей оси, с прогибанием туловища. **2.**И.п.: лежа животом на мяче, поднимая попеременно ноги; Мама рядом. **3.**И.п.: прыжки на фитболе на месте и с продвижением вперед;**4.**И.п.: мама рядом, ребенок лежа на животе на фитболе; руки и ноги в стороны (прямые). Мама стоит и держит своего малыша за талию обеими руками. | 8-10 мин6 раз6 раз6 раз15 раз10 раз30 сек30 сек8-10 раз30 сек20 раз по22-3мин20-30 сек20-30 сек20-30 сек30-40 сек2-4 раза | **Инструктор:** Наклоняем мы головку,  Делаем всё это ловко. *(для шеи)***Инструктор:** Подъём руками начинай,  Но смотри, не отставай.*(для рук)***Инструктор:** Будем все стараться,  Дружно наклонятся.*(наклоны)***Инструктор:** А теперь пора присесть,   Наши ножки разогреть.**Инструктор:** Хорошо нам всем сидеть,  На друг друга посмотреть!**Инструктор:** На лесной опушке Стоят девчушки. Ветерок чуть дышит, Веточки колышет.**Инструктор:** Прыгает «пружинка» Какая у нас прямая, ровная спинка.**Инструктор:** Посмотрите-ка на нас,   Прыгать будем мы сейчас.*После прыжков восстановление дыхания.***Инструктор:** Стали на колени, мяч в руках над головой, спина прямая, упражнение «Маятник». **Инструктор:** Ноги вместе, ноги врозь, Ноги прямо, ноги вкось, Ноги здесь, ноги там, Что за шум, что за гам!*Мама рядом с ребенком, для подстраховки.***Инструктор:** Мама очень любит своего малыша, и, чтобы он не упал находится рядом и придерживает его.**Инструктор:** Шар волшебный, повернись, В вертолетик превратись!  |  Фитболы  – укрепляется сердечная мышца, улучшается работа по кровоснабжению всех органов тела и нормализуется кровяное давление.Зафиксировать позу правильной осанки.Зафиксировать позу правильной осанки, прочувствовать ее; произнести звук: «О-о-о…»Следить за осанкой.Ноги от пола не отрывать.Дыхание свободное, темп средний.Следить за осанкой.Ноги присогнуты в коленях. Руки в стороны, согнуты в локтях, кисти раскрыты на уровне головы, произносим: «Ух-ух-ух»- на активном выдохе.Принять правильное и.п.Следим за своим дыханием.Произносим: «У-у-у»- на активном выдохе. |
| **Заключительная часть** |
| **Подвижная игра с мячом- фитболом****« Найди  мяч»**Дети и родители располагаются по всему залу.Пока играет музыка участники бегают по залу, музыка остановилась все должны найти свободный мяч и сесть на него, кому мячика не хватило говорят: «*Таня, Таня* не зевай, а садись и отдыхай»**Упражнение на расслабление.**Релаксация под музыку (лежа на ковре).«Воздушные шарики» | 2-3мин2 раза2 мин | **Инструктор напоминает правила игры:** *… кому не хватило мяча, тот присаживается на скамейку, участники игры приговаривают «Таня, Таня не зевай, а садись и отдыхай»…* **Инструктор:** Вы шагали, вы играли, Много силы вы набрали. И немножечко усталиА теперь пришла пора Отдохнуть нам всем пора.*Дети лежат с мамами на ковре в позе эмбриона.***Инструктор:** 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!**Инструктор:** Вот и закончились наши приключения, желаю вам здоровья! А в подарок примите этот замечательный массажный мячик«су-джок». Научите как с ним обращаться своих друзей в группе. До новых встреч! | Дети проговаривают за инструктором: «Таня, Таня не зевай , а садись и отдыхай»Дыхание произвольное, свободное.Музыкальное сопровождение(спокойная музыкадля релаксации)Музыкальное сопровождение (песня о дружбе) |

**Примечание**

Освоению каждого упражнения способствуют музыка и стихотворные строчки, которые приучают ребенка выполнять задание в определенном ритме, координируя движения и речь. Этот прием особенно важен для детей с речевыми расстройствами, так как индивидуальный внутренний ритм детей часто или ускорен, или, наоборот, замедлен. У них часто изменен тонус мышц, поэтому включение упражнений на активное расслабление и напряжение мышц необходимо, особенно в сочетании со стихами, которые активизируют артикуляцию и силу голоса, что также является отличительной и необходимой составляющей в работе с детьми логопедических групп.

Фитбол-гимнастика в сочетании с логоритмическими упражнениями, выступает как средство физического, психомоторного, речевого и эмоционального развития дошкольников. Для того чтобы у детей проявились положительные эмоции использую игровой метод обучения, похвалу, которые активизируют работу сердца и нервную систему ребенка. Уникальное сочетание физических упражнений, фитбола, музыки, проговаривания стихов в ритм движений в такт любимой мелодии развивает ритмическое чувство, координацию, речь, равновесие, осанку, а также вызывает эмоциональный подъем, чувство радости и удовольствия.

Задачу формирования стойкого интереса к физическим упражнениям, привычку к здоровому образу жизни невозможно решить без участия родителей. Поэтому на протяжении всего года идет активное взаимодействие с родителями, родители привлекаются непосредственно в образовательный процесс.