**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 мин  20 сек  2 раза  50-60 сек  1-1,5 мин  30 сек  30 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 прижму  И 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 необычный  Оседлаем 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 мин  6 раз  6 раз  6 раз  15 раз  10 раз  30 сек  30 сек  8-10 раз  30 сек  20 раз по2  2-3мин  20-30 сек  20-30 сек  20-30 сек  30-40 сек  2-4 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» | 2-3мин  2 раза  2 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 устали  А 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 музыка  для 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.