Формы работы по физическому развитию старших дошкольников с тяжелыми нарушениями речи

Выполнила: инструктор по физической культуре Воеводина Е.А.

Задачи

Формы работы

* 1. Утренняя гимнастика
* 2. Физкультурные занятия
* 3. Подвижные игры в помещении и на прогулке
* 4. Физкультурные досуги и праздники
* 5. Гимнастика после сна
* 6. Секции
* 7. Неделя здоровья

Вводные упражнения с речевым сопровождением

1. Ходьба на носках в среднем темпе, руки за головой.

Мы веселые ребята, наше имя – медвежата.
Любим лазать и метать, любим прыгать и играть.

2. Ходьба в глубоком приседе.

Мишка шел, шел, шел, землянику он нашел,
Он присел, попыхтел, землянику всю он съел..

3. Ходьба с высоким подниманием бедра, поворотом на 360

Мишка шел, шел, шел, к тихой речке он пришел,
Сделал полный поворот, через речку пошел вброд.

4. ***Прыжки с продвижением вперед.***

Мишка шел, шел, шел, на лужайку он пришел,
Он попрыгал на лужайке быстро, ловко, словно зайка.

5. Легкий бег на носках (0.5 мин.)

6. Спокойная ходьба.

Дыхательная гимнастика

Воздушный шарик

Мой воздушный шарик,

Раз, два, три,

Легкий как комарик (педагог читает стихотворение, дети дуют на шарик).

Общеразвивающие упражнения

БАБОЧКА

Бабочка летает
Летом на ветру
Бабочка играет
С солнышком в саду.
За бабочкой капризной
Мне не уследить,
Крыльев жест волшебный
Мне не повторить.

Исходное положение

Сидя на мяче, руки, согнутые в локтевых суставах, поднять вертикально вверх — «крылья».

Сведение и разведение предплечий перед грудью, касаясь ладонями друг друга. В первой строфе хлопки на каждое первое слово, соответственно четыре раза; во второй строфе — на каждый слог (16 раз).

* Основные виды движений

Для здоровья важен спорт,
Чтоб болезням дать отпор.
Нужно спортом заниматься,
И здоровым оставаться.

Подвижные игры с речевым сопровождением

ГУСИ – ГУСИ

Цель: упражнять в беге, развивать речь, воспитывать честность, справедливость.

На одной стороне – гуси, на другой – хозяйка, посередине – волк.

Гуси, гуси! – га-га-га.
Есть хотите? – да-да-да.
Ну, летите! – нам нельзя.
Серый волк под горой
Не пускает нас домой.
Ну, летите, как хотите,
Только крылья берегите!

Гуси летят, волк ловит.

Упражнения на расслабление

Пальчиковая гимнастика

Как мы маме помогали

Раз, два, три, четыре,
Ребенок сжимает и разжимает кулачки.
Мы посуду маме мыли:
Потереть одной ладошкой о другую.
Чайник, чашку, ковшик, ложку
И большую поварешку.
Ребенок загибает пальчики, начиная с большого.
Мы посуду маме мыли,
Потереть одной ладошкой о другую.
Только чашку мы разбили,
Ковшик тоже развалился,
Носик чайника отбился,
Ложку мы чуть-чуть сломали.
Ребенок загибает пальчики, начиная с мизинца.
Вот как маме помогали!
Ребенок сжимает и разжимает кулачки.

* **Мячик**

Я мячом круги катаю,

Взад-вперд его гоняю

Им поглажу я ладошку,

А потом сожму немножко.

Каждым пальцем мяч прижму

И другой рукой начну.

А теперь последний трюк

Мяч летает между рук.

(Движение соответствует тексту)

Результаты

Спасибо за внимание!!!