**Тема:** Развитие координационных способностей детей с ОВЗ нестандартными средствами обучения.

**Задачи**:

*Образовательные*:

1. Создать условия для освоения комплекса ОРУ;
2. Создать условия для подвижных игр «В снежки» и «Салки снежками»;
3. Создать условия для освоения комплекса упражнений для развития координационных способностей с нестандартным оборудованием

*Оздоровительные*:

1. Способствовать оздоровлению учащихся посредствам физических упражнений

*Воспитательные*:

1. Воспитывать чувство товарищества;
2. Воспитывать чувство уважения к товарищам по команде и сопернику.

**Оборудование:** свисток (1), секундомер (1), стикеры (12), карточки задания для ОРУ (6), лист А4 (36), манишки (2).

**Продолжительность занятия**: 35 минут

Занятие может быть проведено как с группой детей, так и с одним ребенком.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Содержание** | **Дозировка** | **Методические приемы организации, воспитания и обучения** |
| **I.** | **Подготовительная часть – 12 минут** |
|  | 1. Построение, приветствие учащихся, раскрытие общей цели и плана занятия.
 | 1’ | Становись, ровняйсь! Смирно! Сегодня на занятии мы с вами узнаем, как из порой обычных вещей можно сделать средство для развития своего организма, укрепления здоровья и просто средство для поднятия настроения. Но, делу время, потехе – час..чтож, приступим! |
|  | 1. Ходьба и ее разновидности; бег и его разновидности.
 | 1’ | Даю методические указания |
|  | 1. ОРУ

- наклоны головы вперед-назад-вправо-влево на 4 счета;- правая рука вверху, кисти в кулак. На каждый счет рывки руками со сменой положения рук;- руки вперед – хлопок, руки назад – хлопок на 4 счета;- руки «в замок», наклоны в правую и левую стороны на 4 счета;- наклоны к правой и к левой ноге на 4 счета;- выпад в правую, левую стороны, руки в стороны на 4 счета. | 10’ | Учащиеся выстраиваются вдоль центрального круга у стикеров «своих» цветов (мальчики – синие, девочки – красные). Каждой паре присвоен номер (на стикере). По сигналу учащиеся бегут к стене к листку со своей цифрой, читают задание и, возвращаясь, выполняют предложенное задание со всей группой (первыми выполняет пара №1, затем №2 и т.д.).Даю методические указания и счет |
| **II.** | **Основная часть – 16 минут** |
|  | 1. Игра «В Снежки»
 | 4’ | Учащиеся поднимают с пола листочки и по команде преподавателя, скомкав их в «снежки», начинают бросать ими друг в друга. Если снежок попадает в игрока, то он должен убежать к стене со стороны своей команды и после этого опять может вступить в игру.  |
|  | 1. Игра «Салки снежками»
 | 5’ | Игру начинает преподаватель. У него в руках «снежок». Дети разбегаются по залу в пределах волейбольной площадки. Задача: догнать любого из игроков и осалить его «снежком». После осаливания игрок в которого попали становится водящим. Постепенно добавляются еще «снежки» (от 2 до 3). |
|  | 1. Упражнения с листочками на координацию:
2. Повороты с листком на вытянутой руке вправо-влево.
3. Повороты на 360°, вправо-влево
4. Приседания с листком на руках
5. Оборот кисти с листком на 360°, правой-левой рукой
6. Подъем и опускание листка на прямой руке, правой-левой
7. Подъем и опускание листка на прямой руке с приседанием, правой-левой
8. «Восьмерка», правой-левой рукой
 | 7’30’’30’’1’1’1’1’1’ | «Я вижу ваше настроение несколько улучшилось, вы стали чуточку бодрей и улыбчивее, но всё же, по-моему, этого нам недостаточно..Давайте же подумаем, как нам справиться с этим неулыбчивым смейликом?!Хорошо..я вам буду показывать упражнение, а вы попробуете его повторить».Преподаватель показывает упражнение, учащиеся смотрят, затем вместе с преподавателем выполняют его. Смысл заданий НЕ УРОНИТЬ ЛИСТОК!«Ну вот, похоже что нам это неулыбчивое настроение теперь ненужно!» После упражнений дети разрывают листки на мелкие части и бросают их над собой.  |
| **III.** | **Заключительная часть – 6 минут** |
|  | 1. Рефлексия: «Самолетик счастья и хорошего настроения»
 | 5’ | «Я вижу, сегодняшнее занятие вам подарило вам бодрость и море хорошего настроения. Давайте же отправим тысячу улыбок тем, у кого его сегодня нет». Дети вместе с учителем делают из листов бумаги «самолетик счастья» и по команде преподавателя «И НАШЕЙ РАДОСТИ И СЧАСТЬЯ В НЕБО ЗАПУСКАЕМ САМОЛЕТ» - пускают самолетики. |
|  | 1. Построение, сообщение итогов урока
 | 1’ | Опрос «Понравилось-не понравилось». Спасибо за занятие! До свидания!  |

**№1**

**Наклоны головы вперед-назад-вправо-влево на 4 счета**

 **№2**

**Правая рука вверху, кисти в кулак.**

**На каждый счет рывки руками со сменой положения рук**



**№3**

**Руки вперед – хлопок, руки назад – хлопок на 4 счета**



**№4**

**Руки «в замок», наклоны в правую и левую стороны на 4 счета**

****

**№5**

**Наклоны к правой и к левой ноге на 4 счета**

****

**№6**

**Выпад в правую, левую стороны на 4 счета**

****





