

**Технологическая карта игрового комплекса по адаптивной физической культуре для детей с тяжёлыми, множественными нарушениями в физическом, психическом развитии: «Вот дружок Снеговичок».**

**Задачи:**

- совершенствовать ходьбу в разных направлениях; формировать умения, стоя на коленях, садиться на пятки и подниматься; переползать через валик, который лежит на полу;
- продолжать создавать условия для развития элементов стойки на коленях, вставания с поддержкой с последовательной постановкой и выпрямлением ног; продолжать учить, держась за опору, шагать вправо и влево;
- развивать согласованность движений рук и ног; двигательные способности;
- воспитывать интерес к движениям; активность при выполнении физических упражнений;
- укреплять здоровье и формировать защитные силы организма.

**Материал и оборудование:** игрушка Снеговик; снежинки, «снежки», листы белой бумаги, варежки по количеству детей; две стойки с натянутой верёвкой, валик.

Содержание образовательной деятельности	Варианты выполняемых действий	Примечания
<b>І Подготовительная часть</b>		
<p><b>1 Игра-сюрприз: «Вот дружок Снеговичок»</b>  <b>Цель:</b> создание положительной эмоциональной обстановки.                      Педагог предлагает поискать «снежный комочек» (ходьба в разных направлениях по группе). Воспитанники находят «снежный комочек», разворачивают его, а внутри – Снеговичок.                      Поздравляемся со Снеговичком (жест «привет»). Снеговичок здоровается с ребятами, называет их по имени, приглашает поиграть со снежинками. (5 мин)</p>	<p>Самостоятельно.                      Сопряжённо</p>	
<b>2 Дыхательная гимнастика</b>		

<p><b>«Подуй на снежинку»</b>  <b>Цель:</b> продолжать обучать делать глубокий вдох и полный выдох. Педагог показывает, как сделать вдох: набираем полную грудь воздуха; плавно делаем выдох. (2 мин.)</p>	<p>Словесная инструкция, показ. Самостоятельно, полусопряжённо</p>	<p>Не допускаем выдоха воздуха через нос: если ребёнок выдыхает через нос, то можно зажать ему ноздри, чтобы он ощутил, как должен выходить воздух</p>
--	--	--

## II Основная часть

### *1 Адаптированные физкультурные упражнения бытового назначения*

<p><b>«Рукавички»</b>  <b>Цель:</b> продолжать формировать умение находить свои рукавички среди других; продолжать учить надевать рукавички на руки; совершенствовать ходьбу в разных направлениях. Снеговичок просит ребят найти свои рукавички-сестрички и показать, как они умеют их надевать. (2 мин.)</p>	<p>Самостоятельно. Сопряжённо</p>	
--	-----------------------------------	--

### *2 Общеразвивающие упражнения*

<p><b>«Поиграем со Снеговичком»</b>  <b>Цель:</b> продолжать развивать крупную моторику; развивать согласованность движений рук и ног (двигательные способности).  – «Мы шагаем по снежной тропинке» – ходьба парами, взявшись за руки;  – бег от снежка к снежку;  – «По сугробам мы идём» – ходьба с высоким подниманием колен;  «Дотянемся до Снеговичка» – И. п.: стоя, руки вниз – поднимаем руки вверх и тянемся к Снеговичку. Повторить 4 раза.  «Наклонились – выпрямились» – И. п.: стоя, руки на поясе – наклоны туловища вперёд. Повторить: 4 раза.  «Потанцуем со Снеговичком» – И. п.: руки на поясе – приседания. Повторить по 3 раза.</p>	<p>Поточно. Самостоятельно Полусопряжённо</p>	<p>Ходьба, держась за поручни (шагать вправо и влево)</p>
--	---	---

<p>«Радуемся Снеговичку» – И. п.: стоя на месте, подскоки на двух ногах.</p> <p>Повторить 4 раза.</p> <p>«Догоняем Снеговичка» – бег за Снеговичком. (8 мин.)</p> <p>Игровое упражнение: «Мы тихонечко пойдём и немножко отдохнём» (медленная ходьба вокруг Снеговичка, восстановление дыхания). (8 мин.)</p>		
<p><b>3. Упражнения, направленные на развитие двигательных умений и навыков (крупная моторика)</b></p>		
<p><b>«Зимние забавы»</b></p> <p><b>Цель:</b> формировать умения, стоя на коленях, садиться на пятки и подниматься; переползать через валик, который лежит на полу.</p> <p>Продолжать создавать условия для развития элементов стойки на коленях, вставания с поддержкой с последовательной постановкой и выпрямлением ног.</p> <p>Повторить 4 раза. (8 мин.)</p>	<p>С помощью и поддержкой</p>	<p>Взрослый развешивает снежинки на верёвку, натянутую на стойки, на уровне вытянутой руки ребёнка, стоящего на коленях. По сигналу «Достань снежинку!», ребёнок достаёт рукой снежинку и садится на пятки, потом обратно по сигналу встаёт на колени и рукой достаёт снежинку, садится обратно на пятки. Если дети не справляются, взрослый опускает ленту ниже.</p> <p>Для перелезания через валик ребёнок ложится вдоль предмета на живот и, держась руками, переносит вначале на противоположную сторону ноги, затем руки; если воспитанники справляются, усложняем задание: переносим одну ногу и руку, потом вторую ногу и руку.</p>

		Чтобы дети с интересом выполняли упражнение, даём задание перелезть через бревно и принести игрушку (Снеговичка)
<b>4 Упражнение на развитие мелкой моторики</b>		
<p><b>«Лепим снежки»</b>  <b>Цель:</b> продолжать развивать функциональные возможности пальцев рук, тактильные ощущения. (Сминаем бумагу в комочки, катаем их между ладоней). Снеговичок предлагает наклеить снежков и с ними поиграть.  (2 мин.)</p>	Сопряжённо. Самостоятельно.	
<b>5 Гимнастика для глаз</b>		
<p>Вверх снежок подними, на него ты посмотри.  (Смотрят вверх.)  Только глазками смотри: вверх-вниз, вправо-влево.  (Глазами смотрят вверх-вниз, вправо-влево.)  Глазками моргаем.  (Моргают глазками.)  Глазки закрываем.  (Глазки закрывают.)  (2 мин.)</p>	Сопряжённо. Самостоятельно	
<b>6 Подвижная игра</b>		
<p><b>«Мы снежки бросали»</b>  <b>Цель:</b> совершенствовать умение бросать предметы вдаль; развивать быстроту движения; воспитывать интерес к совместным играм. Воспитанники достают «снежки» из мешочка и бросают их произвольно, кто как может. Снеговичок предлагает собрать их обратно в мешочек.  Повторить 4 раза.  (4мин.)</p>	Совместно с воспитателем	Дети бегут за «снежками», каждый берёт один, приносит и кладёт в мешочек, который воспитатель держит на уровне поднятой руки ребёнка. Обратить внимание на соблюдение правил: предупреждение столкновений
<b>III Заключительная часть. Подведение итогов занятия</b>		

***Упражнение на релаксацию***

**«Падает снежок»**

**Цель:** снятие мышечного напряжения; укрепление нервной системы. Звучит расслабляющая мелодия, представляем, как летает снежок.

(2 мин.)

Снеговичок хвалит ребят, за то что дружно играли, и остается у них в гостях. Отметить трудолюбие детей на занятии

Самостоятельно