

## Конспект спортивного досуга

для обучающихся 2 класса с интеллектуальными нарушениями

**Тема:** «Занимательно -развлекательный спорт в профессии»

**Цель:** формирование навыка правильной осанки средствами ритмической гимнастики, с использованием различных предметов.

**Задачи:**

**Образовательные:**

1. Совершенствовать технику выполнения комплекса упражнений ритмической гимнастики в исходных положениях стоя и сидя.
2. Совершенствовать умение сохранять равновесие в положениях сидя, лежа на животе и спине, в движении.

**Коррекционно-развивающие:**

1. Формировать навыки правильной осанки средствами ритмической гимнастики и фитбол-гимнастики.
2. Развивать чувство ритма, умение сочетать темп движений с характером музыки.
3. Корректировать зрительное и слуховое внимание, развивать навыки координации движений с речевым и музыкальным сопровождением.

**Оздоровительные:**

1. Укреплять мышечный корсет, сердечно-сосудистую и дыхательную системы организма, повышать двигательную активность.

**Воспитательная:**

Воспитывать творческие способности детей в двигательной деятельности, настойчивость и целеустремлённость в решении поставленных задач.

Оборудование: Мягкие модули, кисточки для рисования, гуашь, стаканчики для рисования с водой, две скамейки, два детских чепчика и два слюнявчика, модули – рули.

**Время проведения:** 40 мин.

**Ход занятия:**

(Дети входят в зал под музыку, встают в одну шеренгу)

**Чтоб расти и закаляться**

**Не по дням, а по часам,**

**Физкультурой заниматься,**

**Заниматься нужно нам!**

**Воспитатель (В)** Здравствуйте, дорогие ребята! Очень приятно видеть вас сегодня в нашем спортивном зале. Мы начинаем самую веселую из всех спортивных и самую спортивную из всех веселых игр

Дети: Приветствуют воспитателя.

**В.:** Ребята, каждое утро вы приходите в школу, а ваши мамы, папы, бабушки и дедушки спешат на работу. У каждого из них есть профессия, свое интересное дело, которое они любят. И каждая профессия очень важна. А вам хотелось бы на какое-то время стать взрослыми?

**Д.:** Да.

**В.:** Сегодня я вас приглашаю в путешествие «Занимательно –развлекательный спорт. Где мы с вами по будем в «Мире взрослых - мире профессий».

Но, для того, чтобы освоить любую профессию нужно быть сильными, выносливыми и ловкими. А это достигается при помощи тренировок. Давайте проведем разминку. Следим за своей осанкой, спину держим ровно.

В обход по залу шагом марш.

Выполняется разминка под музыку.

-ходьба на носках, руки вверх;

- ходьба на пятках, руки за голову;
- ходьба с высоким подниманием бедра, руки за спиной в замок;
- бег, поскоки;
- боковой галоп (правым и левым боком);
- спортивная ходьба;
- ходьба, упражнения на дыхание.

(Следить за правильным выполнением упражнений)

Выполняется ритмическая гимнастика «Солнышко лучистое».

- Все молодцы, стали сильными, ловкими, умелыми.

А сейчас все вместе попробуем изобразить движения людей разных профессий.

Я буду читать стихотворение, а вы повторяйте движения.

#### **Задание № 1**

Маляр заборы красит, не любит отдыхать

Мы тоже взяли кисти, и будем помогать.

Так вот и вот так, так вот и вот так,

Берите кисть, ребята, и будем помогать.

#### **Задание № 2**

Метлой наш дворник машет, не любит отдыхать

Мы тоже взяли метла и будем помогать.

Так вот и вот так, так вот и вот так,

Метлу берем, ребята, и будем помогать.

#### **Задание № 3**

Портной все шьет иголкой, не любит отдыхать

Скорей возьмем иголки, и будем помогать.

Так вот и вот так, так вот и вот так,

Скорей возьмем иголки и будем помогать.

#### **Задание № 4**

Вот повар суп мешает, не любит отдыхать

Мы тоже взяли ложки и будем суп мешать.

Так вот и вот так, так вот и вот так,

Мы тоже взяли ложки, и будем суп мешать.

#### **Задание № 5**

Вот плотник пилит доски, не любит отдыхать,

Пилу берем, ребятки, и будем помогать.

Так вот и вот так, так вот и вот так,

Пилу берем, ребята, и будем помогать.

#### **Задание № 6**

Косарь косою косит, не любит отдыхать,

Мы тоже взяли косы, и будем помогать.

Так вот и вот так, так вот и вот так,

Мы тоже взяли косы и будем помогать.

#### **Задание № 7**

А пианист играет, не любит отдыхать,

И мы на пианино решили поиграть.

Так вот и вот так, так вот и вот так,

И мы на пианино решили поиграть.

Воспитатель: Молодцы, ребята. Вы хорошо изображали людей разных профессий.

Продолжаем узнавать о профессиях.

Отгадайте загадку:

Мы работаем бригадой,

Нам песок везут, бетон.

Дружно потрудиться надо,

Что б построить новый дом.  
Загадку отгадали, а теперь сами построим дом.  
Проводится эстафета «Строим дом».  
Для построения дома используются мягкие модули.  
Темной ночью, ясным днем  
Он сражается с огнем.

В каске, будто воин славный,  
На пожар спешит... (пожарный)

В.: Эту профессию выбирают только смелые, ловкие люди. А вы хотите стать пожарными?

Д.: Да.

В.: А что пожарные надевают на себя?

Д.: Одежду пожарников, каску

В.: Мы с вами тоже подготовимся к трудному испытанию. Надеваем на себя каску, комбинезон (дети имитируют движения), и начинаем преодолевать разные препятствия, которые повстречаются у нас на пути.

Проводится эстафета (дети проходят по «пожарной лестнице, пролезают в окно «горящего дома», проползают под планкой, проходят по «горящему полу» 2-3 раза).

В.: Молодцы, справились с заданием как настоящие пожарные! Сильные, ловкие, храбрые, которые не боятся трудностей!

В: Пожарные тушат пожар, спасают людей. А по какому номеру телефона нужно звонить, если вдруг случился пожар? Ответы детей...

В.: А теперь еще одна загадка.

Умело он ведет машину-  
Ведь за рулем не первый год.  
Слегка шуршат тугие шины,  
Он нас по городу везет.

В.: На какой свет светофора водитель едет вперед?

Д.: Зеленый.

В.: А на какой стоит?

Д.: Красный

В.: Правильно, молодцы! Мы с вами тоже будем водителями.

Проводится игра «Цветные автомобили». Детям раздаются модули – рули. Дети двигаются по залу. По сигналу: «Найди свою пару!» – дети встают парами по цвету машин (проводится 2 раза).

В.: Мы продолжаем знакомиться с профессиями.

Загадка:

Кто книгу рисунком украсит?  
И рисунок тот ярко раскрасит?

У: Сейчас я предлагаю вам отправиться в мастерского художника. И нарисовать солнышко.

Игра «Художники».

Дети по очереди (командами) подбегают к мольберту и рисуют солнышко.

**Рефлексия:**

В.: Ребята, подойдите ко мне поближе. Наше путешествие подходит к концу. Вы сегодня показали глубокие знания о профессиях. Как вы думаете, какая из профессий самая важная и нужная?

Д.: Что все профессии нужны, все профессии важны!

В.: Сегодня вы были активными, веселыми и внимательными, сильными и ловкими каждый достоин награды.

Вручение наград.