**Этапы урока**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание этапов урока** | **Содержание** | **Задачи** | **Адаптация упражнений для обучающихся с ОВЗ/инвалидностью** | **Организационно-методические указания** |
| **1. Вводная часть**  **(**1 **мин)** | Организация. Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения. Беседа о технике безопасности. Перестроение в колонну, переступая на месте |  | Слабовидящей ребенок стоит за здоровым ребенком (в центре шеренге) |  |
| **2. Подгото-вительная часть (3 мин 30 с)** | Ходьба между цветными конусами:  -на носках, руки вверх  -на пятках, руки на поясе;  -широким и мелким шагом, руки произвольно  Перестроение в три шеренге, размыкание |  | Координирует воспитатель | Цветные конусы раскладываются перед занятием в 2 ряда на расстоянии 70-80 см один от другого. В начале колонны идет наиболее подготовленный ребенок. |
| **3. Основная часть**  **(13 мин.)** | ***ОРУ (с колокольчиками)***  1.И.п.: стойка ноги слегка расставлены, колокольчик в правой руке. 1-поднять руки через стороны вверх, переложить колокольчик в левую руку; 2-опустить руки. То же в другую руку.  2.И.п.:тоже. 1-2-присесть, положить колокольчик на пол,встать, руки на пояс; 3-4-присесть, взять колокольчик, выпрямиться, вернуться в и.п.  3.И.п.:  4И.п.:сидя, ноги врозь, колокольчик в обеих руках за головой. 1-2-гаклониться к правой ноге, положить колокольчик, и.п.; 3-4-наклониться, взять колокольчик, и.п. ТО же к другой ноге.  5.И.п.: стойка ноги слегка расставлены. Руки на поясе, колокольчик на полу. Подскоки на двух ногах у колокольчика.  ***Дыхательное упражнение*** «Сдуй пылинки с колокольчика»  ***ОВД***  1.Катание мяча друг другу (расстояние 2-2,5 м) из положения стойка на коленях  2.Ходьба вперед по доске, а обратно ходьба между двумя веревками (шнурами) (расстояние 20 см)  ***Подвижная игра»Карусель»***  Воспитанники встают вокруг игрового парашюта, берут его за ручки.: «Еле-еле, еле-еле завертелись карусели,  А потом, а потом всё бегом, бегом, бегом!  Тише, тише, не бегите, карусель остановите,  Раз и два, раз и два, вот и кончилась игра!»Дети останавливаются.  ***Упражнение на дыхание с парашютом*** | Переложи колокольчик  Положи и возьми.  Подскоки у колокольчика  Будем чередовать сильный выдох со слабым выдохом.  Катить мяч, отталкивая от себя посильнее и направляя мяч к своей паре  Задание на равновесие. Идти по доске, руки выпрямлены в вверх. На середине доски присесть, при этом руки не опускать, затем идти дальше. Обратной пройти между веревками, не выходя за ее края, руки держать на поясе.  Дети идут, а затем бегут по кругу, произнося слова  Двумя руками поднимаем парашют вверх -вдох; опускаем вниз - выдох | У инструктора в руках большой цветной колокольчик.  Педагог четко произносит каждое движение ребенка, выполняя вместе с детьми.  Если у слабовидящего воспитанника возникают трудности при выполнении какого-либо упражнения, то в этом случае предусматривается помощь воспитателя.  Тоже  Тоже (или слабовидящие могут прыгать с колокольчиком в руках)  Тоже  Тоже  На середине у края доски поставить ориентир (два ярких конуса) с двух сторон, для приседания.  Тоже  Тоже  Тоже | 5-6 раз.  5-6 раз  По 3 раза в каждую сторону  Подскоки выполнять выше  6-8 прыжков  3-4 раза  Перестроение в 2 шеренги. Воспитатель собирает колокольчики у всех детей и дает команду детям одной шеренги взять мячи  На пятки не садиться. После 5-6 прокатываний детям дается сигнал встать и выполнить упражнение «Пружинка»  Выполнение-20 раз.  После 2-3 упражнений можно предложить детям выполнить бег между веревочками  Дети выполняют легкий бег при выполнении игры |
| **4. Заключи-тельная часть**  **(2 мин 30 с.)** | ***Упражнения для активизации работы мышц глаза (Приложение №1)***  ***Ходьба в колонне на носках*** | По сигналу дети выполняют пять шагов на носках, затем продолжают обычную ходьбу | Тоже  Сигналом к ходьбе на носках удар в бубен  Тоже | Дети выполняют упражнения, стоя врассыпную.  30-40с |