

КАРТОТЕКА ИГР И ИГРОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ НА УРОКЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ



Учитель физической культуры
Арнгольдт Светлана Николаевна

Цель:

Совершенствование физических качеств и двигательных способностей учащихся

Задачи:

- содействие воспитанию морально-волевых качеств, самостоятельности, целеустремлённости;
- улучшение физического и морального состояния учащихся;
- способствовать укреплению здоровья и поддержанию работоспособности в учебной деятельности;
- взаимодействие со сверстниками в подвижных играх.



СЮЖЕТНЫЕ ИГРЫ



БЕССЮЖЕТНЫЕ ИГРЫ



ТРЕБОВАНИЯ ПРИ ПОДБОРЕ ИГР ДЛЯ ДЕТЕЙ С ОВЗ:

- Содержание игр должно соответствовать возрастным особенностям детей, быть доступным и интересным для них;
- Необходимо, чтобы детям были хорошо знакомы образы или персонажи игр (кот, птичка), которым они подражают в играх;
- Используя в играх новые пособия, которые сами по себе привлекают внимание детей и вызывают желание играть.
- Необходимо обеспечить понимание игрового задания: для этого целесообразно широко использовать приёмы опосредованного обучения, основанные на образности и имитации движения.
- Учитель должен учитывать состав группы детей, и общее эмоциональное состояние детей группы.

ИГРА «КАТИ МЯЧ»

Цель:

Развивать у детей координацию движений , обучать различным приёмам игры в мяч, учить ориентироваться в пространстве.

Оборудование:

Мяч средней или большой величины.

Ход игры:

Взрослый катит мяч кому-нибудь из детей и говорит: "Лови!", побуждает детей катать мяч друг другу.



ИГРА « СВЕТОФОР »

Цель:

Развитие внимания.

Количество игроков может быть любым. Играющие размещаются в одну шеренгу учитель называет цвет:

«Зеленый» — играющие принимают положение: руки в стороны;

«Красный» — играющие выполняют круговые движения руками назад;

«Желтый» — выполняются движения, имитирующие волны.

Игрок, нарушивший правила, выбывает из игры. Выигрывает тот, кто остается в кругу последним.



ИГРА «СОВУШКА»

Цель игры:

Учить ориентироваться в пространстве, развивать интерес к игре

Ход игры:

Выбирается водящий - «совушка», остальные дети изображают бабочек, птичек и т. д. По сигналу учителя: «День!» - дети бегают по всему залу, на команду: «Ночь!» - замирают и останавливаются в том месте, где застала их команда. «Совушка» выходит из своего гнезда и тех, кто шевелится, забирает к себе. Игра повторяется.



ИГРА «ПО УЗЕНЬКОЙ ДОРОЖКЕ»

Цель:

Учить внимательно слушать и развивать координацию движения. Перешагивать из круга в круг.

Ход игры:

Учитель расставляет на полу обручи. Затем поясняет, что через ручеёк можно перейти «по камушкам» -прыжком



ИГРА «ЦЕЛЬСЯ И КИДАЙ»

Цель:

Формировать у детей навык метания мяча в цель; развивать координацию и быстроту движений рук и ног.

Ход игры:

Детям бросать мяч в корзину. Учитель показывает, как нужно замахиваться из-за головы, поощряет действия детей. Игра повторяется несколько раз.



ИГРА «БЕГИ К ТОМУ, ЧТО НАЗОВУ»

Цель:

Напомнить названия предметов, научить бегать «стайкой».

Ход игры:

Дети стоят возле учителя и слушают, что он скажет. Педагог объясняет: «Куда я скажу, туда вы побежите и будете ждать меня». Затем произносит: «Раз, два, три. К мячу беги!». Дети стайкой бегут к мячу. Учитель идет за ними, не спешит, дает им время передохнуть. Хвалит, что все бежали правильно, и произносит: «Раз, два, три, к скакалке беги!» Затем игра повторяется.



ИГРОВОЕ УПРАЖНЕНИЕ «ПЕРЕПРЫГНИ ЧЕРЕЗ РУЧЕЕК»

Цель:

Научить технике выполнения прыжка.

Ход игры:

Дети перепрыгивают с места через ручеек, отталкиваясь двумя ногами.



Игровое упражнение «Прокати мяч»

Цель: упражнять в прокатывании мяча двумя руками снизу.

Описание: прокатывать мяч друг другу.

Усложнение: прокатить мяч в обруч.



Игровое упражнение «Попрыгай, как мячик»

Цель: упражнять в прыжках на двух ногах.

Описание: по сигналу (хлопок в ладоши) прыгать на двух ногах на месте, по сигналу (свисток) останавливаться.

Усложнение: прыгать на двух ногах с небольшим продвижением вперед.



Игровое упражнение «Пройди по дорожке»

Цель: развивать чувство равновесия, координацию движений.

Описание: пройти по гимнастической скамейке.





ВЫВОДЫ

Подвижные игры:

- ✘ Формируют у детей с ограниченными возможностями здоровья жизненно важные двигательные навыки, нравственные качества (честность, дисциплинированность)
- ✘ Активизируют речевые процессы
- ✘ Развивают скоростно-силовые качества (быстроту, ловкость, выносливость), интеллектуальные качества (наблюдательность, память, сообразительность).
- ✘ Укрепляют здоровье, улучшают кровообращение и обмен веществ в организме, деятельность сердца и лёгких.
- ✘ Воспитывают морально-волевые качества. Дети с ОВЗ учатся самообладанию, умению действовать в коллективе, контролировать свои поступки, подчиняться общим требованиям.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

