

## Методическая разработка спортивно-оздоровительного мероприятия с детьми с ограниченными возможностями здоровья «ВЕСЁЛЫЕ СТАРТЫ»

*Хлопникова Ольга Сергеевна  
инструктор по физической культуре  
Государственное казенное учреждение  
для детей-сирот и детей, оставшихся без  
попечения родителей  
«Детский дом № 24 «Аврора»*

Физическое воспитание во внеурочное время, тесно связано с нравственным, трудовым, умственным, эстетическим воспитанием школьника, что дает возможность содействовать всестороннему развитию детей, учить четкому подчинению дисциплине, выполнению правил, норм спортивной этики, уважению соперника, судей, развивать умение бороться до победы, не проявлять зависти к победителям, не теряться при поражениях, искренне радоваться победам товарищей по борьбе. Спортивно - оздоровительные мероприятия различного вида помогают закалять волю, учат добиваться успехов, совершенствовать свои умения и навыки в отдельных видах спорта. Но с каждым годом увеличивается количество детей с ограниченными возможностями здоровья. Поэтому образовательные организации должны создавать специальные условия с учетом особых образовательных потребностей обучающихся с ОВЗ, особенностей психофизического развития в соответствии с заключением психолого-медико-педагогической комиссии и в рамках рекомендованной индивидуальной программой реабилитации ребенка. Занятия и мероприятия с использованием средств адаптивного спорта должны организовываться с учетом индивидуальных способностей, функциональных возможностей и состояния здоровья детей с ограниченными возможностями здоровья.

**Цель:** создание условий для привлечения детей с ограниченными возможностями здоровья к систематическим физкультурно-оздоровительным и спортивным занятиям, как основному средству укрепления здоровья, успешной социальной адаптации в обществе и формированию здорового образа жизни.

### **Задачи:**

- закрепить физические способности детей;
- способствовать успешной социальной адаптации и интеграции детей с ограниченными возможностями здоровья, через использование инклюзивной формы организации занятия;
- развивать волевые качества (стремление выполнять задание быстро и правильно, в полном объеме);

- воспитывать правильное отношение к здоровому образу жизни.
- привлекать воспитанников к активному проведению досуга.

**Инвентарь:** два волейбольных мяча, два теннисных мяча, 10 кеглей, два обруча, две пары боксёрских перчаток, две шоколадные конфеты, два зонта, две скакалки.

### **Ход мероприятия:**

Здравствуйте дорогие ребята и уважаемые гости! Здравствуйте, дорогие друзья! Сегодня особенный день, для особенных детей! Ребят, доказывающих свою способность побеждать и преодолевать самые трудные преграды. Сегодня у нас спортивный праздник: «Весёлые старты»!

Встречаем наши команды! Команда «Спартак»!

Команда «Локомотив»!

Команды занимают свои места, строятся в колонны.

А теперь хочу спросить вас дорогие ребята!

Таких, кто с физкультурой не дружат никогда,

Не прыгают, не бегают, а только спят всегда.

Не любят лыжи и коньки, и на футбол их не зови.

Раскройте нам секрет!

Таких здесь с нами нет?!!

(Дети хором отвечают «Нет!»)

Кто с ФИЗКУЛЬТУРОЙ и со спортом дружен!

Нам сегодня нужен? («Нужен»)

Дети! Слушайте сейчас!

Вот спортивный мой наказ:

Соревнуйтесь в дружбе, мире,

Места нет у нас задире,

Маленьких не обижать,

Что же, можем начинать!

**«Змейка».** Участвует вся команда сразу. Игроки каждой команды встают друг за другом, держась за талию впереди стоящего. По команде каждая команда бежит змейкой между расставленными кеглями, стараясь их не зацепить и не уронить.

**«Пугало».** В каждой команде выбирается один человек, который будет играть роль пугала. Он становится на стул. Остальные участники команд по очереди подбегают к пугалу и надевают на него что-то из своей одежды. Победит та команда, которая сделает самое красивое пугало.

### **«Мяч капитану»**

Впереди каждой команды на расстоянии 3 - 4 метров стоит капитан с мячом. По команде капитан бросает мяч первому игроку, затем игрок возвращает мяч капитану и становится последним в колонне. Побеждает та команда, которая быстрее всех передаст мяч.

### **«Боулинг»**

Каждый участник сбивает по 3 кегли, прокатывая мяч по полу, только после этого ход переходит к следующему игроку.

Ребята, отгадайте загадку:

Я его беру с собой, не нужна мне шляпа!

Разверну над головой, если дождь закапал. (Зонт)

Следующий этап эстафеты так и называется: **«Собери дождевики в зонт»**

Первые участники каждой команды ставят зонт куполом на ладонь, на вытянутую руку, бегут с ним до финиша, берут зонт за ручку, возвращаются к своей команде, передают его следующему и каждый следующий выполняет то же самое.

**«Козел»** Козлом зовут не только животное, но и гимнастический снаряд. Через него прыгают. Установим «козла» на линии старта, пусть им станет капитан. Второй участник разбегаются, перепрыгивает через капитана и замирает на том месте, где приземлился. Он тоже превращается в «козла». Третий участник, разбежавшись, совершает уже два прыжка и тоже замирает в точке приземления. Когда уже некому разбежаться и прыгать, капитан, который был первым «козлом», разгибается и прыгает через всю команду сам. Так многократно прыгая и превращаясь то в прыгунов, то в снаряд для опорных прыжков, команда преодолевает дистанцию. Какая команда преодолет дистанцию первой таким необычным образом – та и будет победительницей.

### **«Конфеты»**

Ещё загадка! Отгадайте!

Слева бантик, справа бантик! У красотки платье - фантик!

Пренарядная кокетка! Шоколадная... (Конфетка)

Ребята, а сможете развернуть конфету? Но не просто развернуть, а в боксёрских перчатках!!!

Участвуют по одному участнику от каждой команды, по сигналу нужно надеть боксёрские перчатки на руки и развернуть конфету, чья команды сделает это быстрее, та и выиграла.

### **«Снайпер»**

Ну, а сейчас, конкурс снайперов! Проверим, кто же из вас ребята, самый меткий? С определённого расстояния, каждому игроку команды, необходимо попасть теннисным мячом в обруч.

### **«Веревочка под ногами»**

Первый участник бежит со скакалкой в руке до финиша, обегает его, бежит обратно, отдает один конец скакалки второму участнику и вместе проносят скакалку под ногами всех участников, которые перепрыгивают скакалку, первый участник остается в конце колонны. Второй участник бежит со скакалкой до финиша, обегает его, возвращается, отдает один конец скакалки третьему участнику, они вместе проносят скакалку под ногами всех участников, он сам остается в конце колонны и т.д.

Ну что ж, вот и подошел к концу наш спортивный праздник! Объявляю результаты! «Локомотив» набрал ..... баллов, а «Спартак» ..... Поздравляем команды! И первое и второе места очень почетны! Вы большие молодцы! Все участники команд показали свою ловкость, силу, быстроту! А главное – получили заряд бодрости и массу положительных эмоций! Занимайтесь спортом, укрепляйте своё здоровье! - Если будете дружить с физкультурой и спортом, то будете

- СИЛЬНЫМИ, ЛОВКИМИ, БЫСТРЫМИ....

- А какими еще?

- ДРУЖНЫМИ!

### **Использованы материалы:**

1. Сценарий спортивно-игрового праздника, посвященного Международному дню инвалидов (для обучающихся 0-4 классов) «Соревнуйтесь вместе с нами!» учителя Зотовой В.А. ГБСОУ школа-интернат II вида г.Тихорецка
2. Сценарий веселых эстафет учителя Гуляевой Г.Г. МБОУ "СОШ № 15 с углубленным изучением отдельных предметов" г. Энгельса
3. Статья преподавателя физического воспитания Фоменко Т. М. ГАПОУ Новосибирской области «Карасукский педагогический колледж»