Управление образования Администрации г. Новочеркасска муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №9

Технологическая карта сюжетно-игрового физкультурного занятия «В гости к зайцу» в группе общеразвивающей направленности для детей от 3-4 лет

Разработала: Чемерова Л.В., инструктор по физической культуре высшей квалификационной категории

2016-2017 учебный год

Дата: 26 января 2017 г.

Время: 9.00

Место проведения: физкультурный зал.

Форма деятельности: НОД. Тип НОД: сюжетно-игровое.

Продолжительность НОД: 15-20 минут

Лексическая тема: «Зима».

Количество воспитанников: подгруппа -12 человек (из них 6-девочек, 6-мальчиков).

Индивидуализация выражается:

• в дифференцировании физических нагрузок (уменьшение физической нагрузки):

- ✓ для детей ЧБД частичная замена бега на быструю ходьбу; уменьшение количества прыжков, их замена на быструю ходьбу;
- ✓ для детей с различным типами ВНД, чтобы не допустить срывов нервной деятельности при овладении детьми физическими навыками: «холерик» частичная замена бега на быструю ходьбу (хуже справляется с заданиями, требующими выносливости); «меланхолик» частичная замена бега на быструю ходьбу, уменьшение количества прыжков (быстро утомляется, охотнее выполняет движения в медленном темпе, успешно справляется с непродолжительными нагрузками);
- **в выборе состава средств педагогических воздействий** для создания «ситуации успеха» (игра; одобрение, похвала, благодарность приемы поощрения, упражнение и приучение);
- **в учете интересов детей данной группы** т.е. выполнение ОРУ с предметам; 5 человек предпочитают бег; 4 человека предпочитают прыжки; для вхождения в образ использование атрибутов, элементов одежды, детского грима для лица, в подвижных играх появление персонажа знакомых сказок.

Цель: «Создание условий для формирования интереса у детей к занятиям физической культурой посредством использования игровых методов и приемов».

Задачи:

Образовательные:

- ✓ продолжать учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног;
- ✓ учить строиться в колонну по одному, круг, находить свое место при построениях; использовать зрительные ориентиры (кубики) при преодолении пространства;
- ✓ способствовать овладению детьми основными движениями прыжкам на двух ногах с продвижением вперед, метанию посредством создания игровой ситуации (передача игрового образа «зайка»; зимняя забава «игра в снежки»);

Развивающие:

- ✓ развивать самостоятельность и творчество детей в процессе двигательной деятельности при выполнении физических упражнений, в подвижной игре «Лиса и зайцы»;
- ✓ развивать у детей слуховое внимание, умение двигаться в соответствии со словами текста и музыки.

Воспитательные

- ✓ воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила в подвижной игре действовать по сигналу, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве;
- ✓ вызвать интерес, эмоциональный подъем, чувство радости и удовольствия от совместного занятия физкультурой со сверстниками и взрослыми.

Приоритетная ОО: «Физическое развитие», раздел «Физическая культура».

Взаимодополняющие ОО:

- «Социально-коммуникативное развитие» (раздел «Ребенок в семье и сообществе» формирование гендерной принадлежности (я-мальчик, я-девочка); раздел «Социализация, развитие общения, нравственное воспитание» -развитие общения, взаимодействия детей со взрослыми и сверстниками);
- «Познавательное развитие» (раздел «Ознакомление с миром природы» расширение представления о диком животном-зайце и характерных особенностях времени года «Зима» выпал снег, зимняя забава «игра в снежки»);
- «Речевое развитие» (раздел «Развитие речи» частичное проговаривание стихов в ритм движений; раздел «Приобщение к художественной литературе» использование художественного слова);
- «Художественно-эстетическое развитие» (музыкальная деятельность эмоциональная передача игрового образа «зайка»).

Виды детской деятельности:

- двигательная (овладение основными движениями прыжки на двух ногах с продвижением вперед, метание);
- игровая (подвижная игра «Лиса и зайцы»; игра в снежки);
- коммуникативная (взаимодействия детей с взрослыми и сверстниками);
- восприятие художественной литературы (использование художественного слова);
- музыкальная (выполнение упражнений под музыку);
- элементарный труд (убрать атрибуты на место).

Предварительная работа (взаимодействие со специалистами и родителями):

Воспитатель:

- ✓ -рисование, лепка, аппликация по темам «Зима», «Дикие животные»;
- -чтение художественной литературы, разучивание потешек;
- ✓ -рассматривание иллюстраций, фотографий по темам «Зима», «Дикие животные»;
- ✓ подвижные и дидактические игры;

- ✓ подбор практического материала (пальчиковая и дыхательная гимнастика).
- ✓ подбор опорных картинок для пересказа текста.

Музыкальный руководитель:

✓ -подбор музыкального материала;

Инструктор по физической культуре:

- ✓ -разучивание основных видов движений (прыжки, метание);
- ✓ разучивание элементарных правил подвижных игр: «Лиса и зайцы», «Медведь и зайцы», «Бездомный заяц», «Найди свой домик» развитие умения действовать по сигналу взрослого.

Родители воспитанников группы: изготовление атрибутов для выполнения общеразвивающих упражнений (морковки), для развития основного вида движения «метание» - «снежки».

Методы и приемы:

Словесные:

- ✓ тематическое название упражнения;
- ✓ краткое объяснение упражнений; пояснение, которое сопровождает конкретный показ движений;
- ✓ похвала;
- ✓ напоминание;
- ✓ использование художественного слова (проговаривание стихов при выполнении движений);
- ✓ четкая, эмоциональная и выразительная подача различных команд и сигналов (например: «На месте стой'», «Раз, два, три беги!» и т. д.).

Наглядные:

- > показ педагогом образца движения или его отдельных двигательных элементов;
- имитация, подражание образу дикого животного «зайца»;
- > в использовании зрительных ориентиров при преодолении пространства;
- тактильно-мышечная наглядность выражается в непосредственной помощи педагога, уточняющего положение отдельных частей тела ребенка, в целях возникновения правильных мышечно-двигательных ощущений (например, выпрямление осанки путем прикосновения руки, вызывающего ощущение правильного мышечного тонуса);
- слуховая наглядность (звуковая регуляция движений) музыка (песня), которая вызывает у детей эмоциональный подъем, определяет характер движения и регулирует его темп и ритм. Для регуляции движений служат народные прибаутки, стихотворения, привлекающие детей своим шутливым содержанием и ритмом.

Практические:

- ✓ показ физических упражнений;
- ✓ имитация, то есть подражание действиям животного «зайца»;

- ✓ смена способов выполнения упражнений;
- ✓ использование в упражнениях предметов различной формы, массы, объема, фактуры (содействует развитию умения распределять движения в пространстве, сочетать их с движениями тела, требующими разносторонней координации и тонких мышечных ощущений);
- ✓ оказание помощи при выполнении упражнения;
- ✓ совместные действия взрослых и детей;
- ✓ самостоятельное выполнение движений под руководством инструктора по физической культуре и воспитателя.

Игровые:

- ✓ создание игровой ситуации;
- ✓ перевоплощение в образ с помощью: шапочек (взрослые); частичного нанесения грима на лицо (взрослые и дети); «бантики» для «зайки девочки» и «бабочки» для «зайчика —мальчика»;
- ✓ использование упражнений в игровой форме, способствующих эмоционально-образному уточнению представлений о характере движений (например «Нужно прыгать, как зайчики»);
- ✓ организация подвижной игры.

Метолическое обеспечение:

- ▶ Веракса Н.Е., Комарова Т.С., Васильева М.А. «Основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией -3-е изд.. испр. И доп.- М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016.-368 с.;
- ▶ Гербова В.В., Губанова Н.Ф., Дыбина О.В. Примерное комплексно-тематическое планирование к программе "От рождения до школы". (3-4 года). Младшая группа.- М.: Мозаика Синтез 2015г. -156с.
- ▶ Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду»: Младшая группа. –М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. 80 с.

Материалы и оборудование:

- тематическое украшение зала (снежинки, елочки);
- физкультурная форма, атрибут «морковки» для выполнения общеразвивающих упражнений по количеству участников (из расчета на одного по две штуки),
- ростовая кукла «лиса» для подвижной игры «Лиса и зайцы»;
- корзина со «снежками» для метания;
- кубики (16 шт.) для ориентира;
- шапка «зайца» (2 шт.);
- свежая морковь (по количеству участников);
- детский грим для лица (аквагрим);
- бумажные силуэты «морковь» (12 шт.);
- магнитофон;

Ход совместной деятельности в группе с воспитателем

Этапы деятельности/его продолжительность	Содержание деятельности	Дозировка	Действия/деятельность педагога	Действия/ деятельность детей, выполнение которых приведет к достижению запланированных результатов
Мотивационно-	Воспитатель: Ребята мы с		Воспитатель:	Дети вступают в контакт с
побудительный	вами уже знакомы с заячьей		• задает вопросы	воспитателем, концентрируют
	семьей. Кто живет в этой		стимулирующие мышление	внимание на опорных картинках,
(создание игровой	семье? Дети: в той семье		детей, используя опорные	участвуют в диалоге, высказывают
мотивации)	живут: «мама-зайчиха»,		картинки.	свое мнение, основываясь
мотивации)	«папа-заяц» и их «дети-		• инициирует общее	на имеющихся представлениях,
	зайчата».		обсуждение.	вспоминают ранее усвоенное,
	Воспитатель: Что общего есть у всех зайцев?			отвечают на вопросы.
	Дети: Голова, морда, усы,			
	шея, туловище, лапы, хвост.			
	Воспитатель: Что мы можем			
	сделать, чтобы стать			
	похожими на зайцев?			
	Дети: Будем прыгать как			
	зайки, есть морковку,			
	прицепим хвостик, оденем			
	маску зайца, мы не знаем и			
	т.д.			
	Воспитатель: А я знаю еще		Воспитатель предлагает	
	один способ и сейчас вас с		перевоплотится в образ,	
	ним познакомлю.		показывая пример	
			перевоплощения: я - «мама –	
			зайчиха», вы - «зайчата»,	Осознают и принимают
			с помощью:	поставленную задачу.
			• шапочек (взрослые);	Дети учатся принимать на себя
			• частичного нанесения	воображаемую ситуацию, у них

грима на лицо (взрослые и развивается творческое мышление. дети); «бантики» для «зайки – девочки» и «бабочки» для «зайчика –мальчика». Воспитатель создает игровую Воспитатель: Зайчата, я используя мотивашию сегодня встретила Зайца. Ему эмоциональный рассказ, одному в зимнем лесу котором задается воображаемая грустно и он пригласил нас ситуация, перед детьми поиграть с ним на лесной раскрываются условия принятия полянке. Вы согласны? роли. Дети: Да. Воспитатель: Началась метель и чтобы нам не сбиться с пути, заяц оставил нам на пути морковки. Воспитатель: По следочкам мы пойдем, зайца нашего найдем. Воспитатель с детьми выходят из группы и обнаруживая следы приходят «морковки» физкультурному залу.

Ход занятия в физкультурном зале

2. Вводная часть	Инструктор,			
(2-3 мин.)	перевоплощенный в		Инструктор вовлекает в	
	образ «Зайца»:		совместную деятельность,	
	«Вот мои, зайчата, вот		поощряя детей.	
	мои ребята. Как хорошо,			
	что вы меня нашли, ко			
	мне вы в гости пришли.			
	Метель утихла в лесу.			
	Много снега намело.			
	Предлагаю всем вместе			
	поиграть на лесной			
	полянке. Вы согласны?			
	Дети: Да!			
	Инструктор:			
	«Пришла зимушка-зима,			
	Много снега нанесла.			
	По тропинке мы шагаем,			
	И на снег мы			
	наступаем».			
	1.Ходьба в колонне по		**	
	одному.	20сек.	Инструктор следит за	At in principal jupuminimi.
			правильной осанкой детей.	Формируется правильная
	Инструктор:			осанка, укрепляются мышцы
	«Мы шагаем по сугробу,			спины.
	Поднимаем, тянем			
	ногу».			

2.Ходьба на н	осочках,		
руки на поясе	. 20сек.	Инструктор обращает	
		внимание на осанку и	
Инструктор:		положение рук.	
«А сейчас ход	ьба другая,		
Веселая и озор			
спина у нас пр	рямая!».		
3.Ходьба на п	яточках		
руки в сторон	ы. 20сек.	Инструктор поощряя детей,	
		предлагает обратить	
Инструктор:		внимание, что спина должна	
«А теперь мо	и ребятки	быть прямая, а руки	
побежали вес	елее за	разведены в стороны.	
мной!»			
4.Бег в колони			
одному, бег за	мейкой. 50 сек.	Инструктор стимулирует	Развивается выносливость и
		двигательную активность,	быстрота.
		учит элементам бега	Развивается скоростная сила.
		«змейкой», развивает	
Инструктор:		способность к быстроте	
«Мы лапы пос		движений.	
Мы лапы опус			
И снова подні	· ·		
И плавно опус	:каем».		
5.Ходьба на			
восстановлен	ие дыхания. 20сек.	Инструктор готовит	
. Bosofullobsien	200K.	организм ребенка к более	

		интенсивной	нагрузке.			
Инструктор:		Поощряет де				
«Весело шагаем,						
Дружно лапы						
поднимаем!».						
Много снега намело,						
идем аккуратно!						
6.Ходьба с высоким						
подниманием колена	20сек.	Инструктор	показывает	как	Дети выполняют у	лражнения
(на воображение –	20 00 K.	правильно		лать	у них развивается	_
перешагивание через		упражнения.		JIGID	мышление.	Thep recket
сугробы).		j iip watii iii iii				
3,140,221).						
Инструктор:						
«А теперь мои зайчата						
побежали веселее за						
мной!»						
7.Бег врассыпную за						
инструктором.	20сек.	Развивает	способность	К	Развивается скорос	тная сила.
		быстроте дви	іжений.			
Инструктор:						
«А теперь пошли. Лапы						
вверх - вдох, лапы вниз-						
выдох».						
8.Ходьба в колонне по						
одному.	10 сек.	Инструктор	показывает,	как	7 1	выполняют
		правильно	выпол	АТКН	дыхательные упраж	кнения.

	Инструктор: «Шли-шли и корзину нашу с морковками нашли. Подойдем все вместе и в каждую лапку по морковке возьмём. Все		упражнения. Инструктор продолжает вовлекать детей в ситуацию.	
	зайчата найдут себе пенечек и станут около него».			
	Перестроение в две колонны.	3 сек.	Инструктор следит, чтобы каждый ребенок нашел себе свободный кубик («пенек»). Комментирует действия детей, поощряет их.	Дети выполняют словесные указания, становятся напротив взрослых.
3. Основная часть	ОРУ:			
(12-15 мин.)	Инструктор: «Встанем свободно, возьмем морковки в обе лапки, потянемся на носочках вверх, а теперь вниз». 1. «Подросли зайчишки – веселые ребятишки».		Вовлекает детей в двигательную деятельность.	Дети становятся напротив друг друга в две колонны.
	И. п дети и взрослые становятся в две колонны, ноги на ширине плеч.	4 раза	Инструктор показывает упражнения на укрепление мышц плечевого пояса.	Дети выполняют упражнения на укрепление мышц плечевого пояса.

Мягкие морковкидержать в обеих руках. Потянулись руки вверх на носках - вернуться в исходное положение. Инструктор: «А сейчас мы—поиграем, все за мной Вы повторяйте!». 2. «Любопытные зайчата». И. п. — ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища с предметами (морковки). Повороты туловища вправо (влево), руки вперед, в стороны вернуться в исходное положение.	Инструктор показывает упражнение на укрепление мышц спины и плечевого пояса. Следит за правильной осанкой детей.	Дети выполняют упражнения. Формируется правильная осанка, укрепляются мышцы спины.
Инструктор: «А теперь мои зайчишки — веселые ребятишки покажут свою силу». 3. «Озорные зайчата». 4 раза И. п. — стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе (с предметами).	Инструктор показывает упражнения на укрепление мышц плечевого пояса,	Дети выполняют упражнения на развитие гибкости.

	1		
Наклон туловища вправо		мышц спины и косых мышц	
(влево). Выпрямиться,		живота и ног: развитие	
вернуться в исходное		гибкости.	
положение.			
Инструктор:			
«А послушные зайчишки			
положили свои морковки			
перед собой и встали на			
четыре лапки. Зайчишки			
веселые выгибают			
спинку и поднимают			
голову к верху,			
улыбаются и хвостиком			
виляют. А зайчата			
трусливые испугались			
шума в лесу, прогнули			
спинку и спрятали голову			
вниз».			
4. «Зайчата смелые и	4 раза	После показа инструктор	Дети выполняют упражнения
трусливые».	•	следит за правильным	на развитие гибкости
И. п. – на четвереньках.		выполнением упражнения.	самостоятельно и с помощью
«Зайчата смелые» -		Развитие мышц спины и	взрослого.
выгнуть спинку, поднять		косых мышц живота и ног:	-
голову к верху, повилять		развитие гибкости.	
хвостиком»;			
«Зайчата трусливые			
(боязливые)» - прогнуть			
спинку вниз, голову			
опустить».			

Инструктор:			
«А теперь зайчишки —			
ребятишки очень гибкие			
малыши сядем на пол,			
ноги соединим вместе, а			
свои морковки возьмем в			
обе лапки. Наклонимся,			
дотронемся до своих			
лапок. И вернемся в			
исходное положение».			
5. «Гибкие зайчата».	4 раза	Инструктор показывает	Дети выполняют упражнения
И. п сидя на полу, ноги	1	упражнение на укрепление	на развитие гибкости
вместе, атрибуты		мышц плечевого пояса,	самостоятельно.
(морковки) держать в		мышц спины и косых мышц	
обеих руках,		живота и ног: развитие	
наклониться вперед,		гибкости.	
дотронуться до ступней			
ног, выпрямиться,			
вернуться в исходное			
положение.			
1202032032			
Основные виды			
движений:			
7			
Инструктор:			
«А сейчас морковки			
возвращаются в			
1 ,			
корзинку, а мы с вами			

попрыгаем». Зайки любят прыгать!			
1. «Зайки - прыгуны». И. п. – Стоя, ноги вместе, руки перед грудью. Прыжки вокруг – «пеньков» и обратно.	2-3 раза	Инструктор показывает детям в каком направлении надо двигаться, следит за координацией движений ног и рук. Поощряет детей во время прыжков с продвижением вперед.	Дети выполняют прыжки на двух ногах с продвижением вперед вокруг ориентира то в одну сторону то в другую.
Инструктор: «А сейчас веселые снежки спешат с зайчатами поиграть. Зайчата встанут рядом друг с другом в одну линию. А мы с мамой зайчихой встанем с вами и будем бросать снежки вы нам, а мы вам. Посчитаем: раз, два, три игру - начни».			
«Игра в снежки». И. п Стоя на полу. Метание на дальность «мячей-мякишей» правой и левой рукой (на расстоянии 5 м.).	10-15 сек.	Инструктор следит за координацией движений, развивает ловкость и меткость.	Дети действуют совместно, тренируются в метании и координации движений. Развитие силы и меткости.

	Инструктор: «По лесной лужайке Разбежались зайки».			
	Подвижная игра: «Лиса и зайцы».	2 раза	Инструктор организовывает игру со всеми детьми, развивает активность детей в двигательной деятельности, упражняет в умении действовать по сигналу.	Дети выполняют движения в соответствии с текстом, упражняются в умении действовать по сигналу, выполнять правила подвижной игры. Повышение интереса к физической культуре.
4. Заключительная	Инструктор:			
часть	«Ох, устали мои зайки			
(2-3 мин.)	озорные ребятки! Зароемся в пушистый снежок и приляжем на бочек!».			
	Релаксация (под музыку): «Зайки могут танцевать, прыгать, бегать и играть. Все зайчата могут	2-3 мин.	Инструктор включает музыку и проговаривает текст, способствующий более глубокому и активному расслаблению детей.	Дети ложатся на спину, руки вытянув вдоль туловища, выпрямив и слегка раздвинув ноги.
	зайчата могут расслабляться, отдыхать, а у нас игра такая, очень легкая простая, замедляется		Для детей с повышенным мышечным тонусом необходим тактильный контакт, поэтому педагоги	

1.		
движение, исчезает	прикасаются и поглаживают	
напряжение, и	детей.	
становиться понятно,		
расслабление приятно,		
расслабление приятно.		
Потянулись, потянулись,		
на животик повернулись		
маме – зайке улыбнулись.		
Нам пора вставать		
ребятки, мои милые		
зайчата».		
Инструктор:	Инструктор вручает	По окончании релаксации
Пришло время	воспитателю с детьми	дети медленно садятся, затем
подкрепиться полезной,	корзинку с свежей морковью	встают на ноги.
вкусной, сочной	и провожает детей в группу.	
морковкой.		
«Ешьте зайки вы		
морковки, глазки будут		
зорки, зорки!».		Дети выражают собственные
		чувства и эмоции.
Воспитатель:		
Спасибо тебе заяц за		
эти угощенья, а теперь		
нам в путь пора,		
приходи и ты к нам в		
гости!		