

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
Иркутского районного муниципального образования
«Уриковский детский сад комбинированного вида»

664531, Иркутская обл., Иркутский р., с. Урик, ул. Бр. Ченских, д. 1 «А»
Телефон: 8 (3952) 495 – 469, e-mail: dovrik@mail.ru

Применение нестандартного оборудования для формирования умения ориентирования в пространстве в рамках использования физкультурно – оздоровительной технологии.

Автор:
Тетерина О.А.,
инструктор по физической культуре.

с. Урик, 2023 г.

Содержание

Актуальность.....	2
Цель.....	4
Задачи.....	4
Планируемые результаты.....	5
Краткое содержание занятий.....	5
Аннотация.....	18
Приложение № 1. Образовательная деятельность по физической культуре «В поисках витаминов здоровья» с детьми старшего дошкольного возраста.....	19
Приложение № 2. Образовательная деятельность по физической культуре «В гости к лошадям на конюшню» с детьми старшего дошкольного возраста.....	29
Приложение № 3. Образовательная деятельность по физической культуре «Достопримечательности России» с детьми старшего дошкольного возраста.....	36
Приложение № 4. Образовательная деятельность по физической культуре «По следам Кроша» с детьми старшего дошкольного возраста.....	46
Приложение № 5. Образовательная деятельность по физической культуре «Путешествие на Марс» с детьми старшего дошкольного возраста.....	53
Приложение № 6. Физкультурно - спортивный праздник с детьми старшего дошкольного возраста «Морское путешествие».....	64
Приложение № 7. Физкультурно - спортивный праздник с детьми старшего дошкольного возраста «Ундокай».....	72
Приложение № 8. Физкультурно - спортивный праздник с детьми старшего дошкольного возраста «Богатыри земли русской».....	81

«Чтобы сделать ребёнка умным
и рассудительным, сделайте его
крепким и здоровым»
Ж.Ж.Руссо

Актуальность методической разработки по данной теме определена снижением интереса детей к занятиям физической культурой. Все чаще ребенок предпочитает посидеть у телевизора или за компьютером, что пагубно влияет на здоровье.

Чем раньше дошкольник научится не только читать и считать, но и размышлять, сравнивать, логически мыслить, будет уметь ориентироваться в пространстве и окружающем мире, научится дружить и быть физически активным, тем проще ему будет учиться в школе! Но все эти качества смогут сформироваться у ребёнка только при одном условии – наличии физического здоровья. Поэтому, уже в детском саду необходимо заложить прочный фундамент крепкого здоровья ребёнка. В детском саду для решения этих задач складываются исключительно благоприятные условия, так как в деле формирования здорового образа жизни дети являются наиболее перспективной возрастной категорией. Именно в этом возрасте происходит усвоение основных объёмов информации, выработка фундаментальных жизненных стереотипов, закладывается основа здоровья на всю жизнь. Последовательность режимных процессов, их длительность, рациональное питание, двигательный режим, закаливание – их проведение формирует у ребёнка привычки здорового образа жизни. А системный подход помогает ребёнку превратиться из объекта для проведения оздоровительных мероприятий в активного участника этого процесса, то есть научиться понимать важность этих процедур для своего здоровья и осознанно активно использовать их в повседневной жизни не только в детском саду, но и дома, а в будущем и в период обучения в школе.

Одними из основных средств решения задач по здоровьесбережению и здоровьеобогащению в ДООУ являются здоровьесберегающие технологии. К ним относятся физкультурно-оздоровительные - созидание здоровья через различные формы двигательной активности. Отдельные приёмы этих технологий широко используются в дошкольном образовании в различных формах образовательного процесса.

Для меня стало первоочередной и своевременной задачей введение нестандартного оборудования на различных этапах образовательного процесса, в рамках физкультурно – оздоровительных технологий, для формирования умения ориентирования «на себя», в пространстве и на плоскости. Ведь ориентирование в пространстве – вещь не просто нужная, а необходимая. И если с понятиями вверх-вниз, сзади-спереди ребенок, как правило, справляется очень быстро, то вот лево и право многие дети могут путать даже в начальной школе. Умению ориентирования в пространстве обучать ребёнка необходимо с раннего возраста. Ведь это одна из причин отставания в развитии и затруднения подготовки к обучению в школе.

Цель: сохранение здоровья и совершенствование двигательных возможностей воспитанников с учётом индивидуальных потребностей и способностей на занятиях по физической культуре с использованием нестандартного оборудования.

Задачи:

- повысить уровень развития ребенка по физическому, познавательно-речевому, социально-личностному и художественно-эстетическому направлениям;
- создать условия для интеграции различных видов деятельности;
- обогатить предметно-развивающую среду;
- всестороннее развитие личности ребенка с учетом его особенностей;
- способствовать сохранению и укреплению здоровья детей путем развития здоровьесберегающих навыков и умений, формирования привычки думать и заботиться о своем здоровье.

Планируемые результаты:

- социально-коммуникативное развитие - в ходе совместной деятельности развитие умения общаться и взаимодействовать со сверстниками и взрослыми.
- познавательное развитие – формирование первичное представление об окружающем мире, о спортивных традициях, о видах спорта.
- речевое развитие – обогащение активного словаря, заучивание речёвок, девизов, кричалок, стихов к подвижным играм и разминкам.
- художественно-эстетическое развитие – изготовление эмблем, атрибутов к подвижным играм.
- физическое развитие - развитие физических качеств: ловкости, быстроты реакции, координационной способности, воли, целеустремленности, самоконтроля.

В методической разработке представлены конспекты занятий по физической культуре:

1. «В поисках витаминов здоровья», возрастная группа: 5-7 лет.

Цель: создание условий для развития интереса у детей дошкольного возраста к физическим упражнениям, формирование простейших технико-тактических действий с мячом через сюжетное физкультурное занятие.

Задачи данного занятия:

Обучающие задачи:

1.1.Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с выполнением заданий под стихотворные тексты;

1.2.Формировать простейшие технико-тактические действия с мячом: забрасывание в напольную корзину;

1.3.Способствовать проявлению двигательных интересов средствами физической культуры и спорта.

1.4.Формировать опорно-двигательный аппарат и правильную осанку.

1.5.Формировать знания детей о витаминных качествах овощей и фруктов, об их значимости в жизни людей.

Оздоровительные задачи:

2.1.Развивать координацию движений, выносливость, быстроту, ловкость, ориентировку в пространстве, глазомер;

2.2.Продолжать развивать навыки личной гигиены.

Воспитательные задачи:

3.1.Воспитывать осознанное отношение к своему здоровью, формировать умение самоорганизации в двигательной деятельности;

3.2.Формировать общую культуру личности детей, в том числе ценности здорового образа жизни;

3.3.Воспитывать умение действовать в коллективе, соотносить свои действия с правилами, действиями товарищей.

На почту детского сада пришло сообщение, в котором злой Вирус страшным голосом (аудиозапись) сообщил о том, что украл все витамины. Детям было предложено пройти сложное испытание, чтобы вернуть все украденные Вирусом витамины. В вводной части занятия дети выполнили задания в стихотворной форме: различные виды ходьбы, бега, подлезания под дугами, прыжки на двух ногах вместе с продвижением вперед и ходьба по гимнастическому бревну, которые были проведены поточным способом с использованием музыки. В основной части занятия дети совместно с инструктором выполняли комплекс упражнений на гимнастических островках с предметами, а именно морковки, под музыку. Для совершенствования основных видов движений дети перестроились в две колонны. Инструктор напомнил ребятам правила выполнения броска мяча в напольную корзину. Далее задания дети выполняли самостоятельно.

Музыкально-подвижная игра с мячами – «витаминами» была использована с целью развития у детей ориентировки в движении, а так же для развития ловкости, быстроты реакции, внимания, координации движений.

После прохождения каждого этапа, выполнения определенного задания, дети находили украденную витаминку и узнавали, в каких продуктах содержится данный витамин.

В заключительной части занятия выполнили дыхательное упражнение для снятия мышечной напряженности. Рефлексия: дети нашли все витамины и победили злого Вируса, о чем сообщил сам злодей (использовалась аудиозапись), ребята сделали выводы о том, зачем нужны людям витамины и что надо делать, чтобы вирус не вернулся.

2. «В гости к лошадям на конюшню», возрастная группа: 5-6 лет.

Цель: создание условий для развития интереса у детей дошкольного возраста к физическим упражнениям, формирование простейших умений ходьбы по ограниченной поверхности через сюжетное физкультурное занятие.

Задачи данного занятия:

Обучающие задачи:

1.1. Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с выполнением заданий под стихотворные тексты;

1.2. Формировать простейшие умения: ходьба по ограниченной поверхности и прыжки разными способами;

1.3. Способствовать проявлению двигательных интересов средствами физической культуры и спорта;

1.4. Формировать опорно-двигательный аппарат и правильную осанку;

1.5. Познакомить детей с домашним животным – конём.

Оздоровительные задачи:

2.1. Развивать координацию движений, выносливость, быстроту, ловкость, ориентировку в пространстве.

Воспитательные задачи:

3.1. Воспитывать осознанное отношение к своему здоровью, формировать умение самоорганизации в двигательной деятельности;

3.2. Формировать общую культуру личности детей, бережное отношение к животным;

3.3. Воспитывать умение действовать в коллективе, соотносить свои действия с правилами, действиями товарищей.

Ребята посмотрели видеоприглашение посетить конюшню фонда Тихомировых¹, чтобы познакомиться с лошадьми. В вводной части занятия под стихотворное сопровождение ребята выполнили разминку: отправились в дорогу на конюшни, выполнив различные виды ходьбы, бега, подскоков. Общеразвивающие упражнения провели с использованием нестандартного оборудования «кони»². В основной части занятия ребята выполнили поточным способом задания с использованием оборудования «кони». Ходьба по ограниченной поверхности (по двум перевёрнутым скамейкам), прыжки на двух ногах вместе со сменой направления по блинам, бег змейкой вокруг конусов, перепрыгивание через препятствия разной высоты, поочередные прыжки на правой и левой ногах через скеп – кейдж³. Далее поиграли в подвижную игру «Скакуны», провели рефлекссию. Ребята сделали выводы о том, как важно ухаживать за домашними животными, любить их и заботиться. Во время занятия ребята узнали много интересного о лошадях.

3. «Достопримечательности России», возрастная группа: 6-7 лет

Цель: создание условий для развития интереса у детей дошкольного возраста к физическим упражнениям, формирование простейших умений работы на гимнастическом мате через сюжетное физкультурное занятие.

Задачи данного занятия:

Обучающие задачи:

1.1. Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с выполнением заданий под стихотворные тексты;

¹ Конно-спортивный центр Фонда Тихомировых [ул. Загоскина, 150, д. Грановщина](#)

² Смотреть приложение № 2

³ Стэп – Кейдж состоит из 6 клеток изготовленных из картонных трубок обклеенных цветным скотчем и

³ Стэп – Кейдж состоит из 6 клеток изготовленных из картонных трубок обклеенных цветным скотчем и соединённых бельевой веревкой.

1.2. Формировать простейшие умения: лазания на возвышенность по мату, перекаты по мату, ходьба с удержанием устойчивого равновесия по уменьшенной площади опоры (по мягким модулям);

1.3. Способствовать проявлению двигательных интересов средствами физической культуры и спорта;

1.4. Формировать опорно-двигательный аппарат и правильную осанку;

Оздоровительные задачи:

2.1. Развивать координацию движений, выносливость, быстроту, ловкость, ориентировку в пространстве.

Воспитательные задачи:

3.1. Воспитывать осознанное отношение к своему здоровью, формировать умение самоорганизации в двигательной деятельности;

3.2. Прививать детям любовь к родине, умение видеть её красоту, воспитывать уважительное отношение и любовь к своей стране, воспитывать чувство патриотизма.

3.3. Воспитывать умение действовать в коллективе, соотносить свои действия с правилами, действиями товарищей.

В вводной части занятия была создана провокация в виде политической карты мира. Детям было предложено отправиться в путешествие по уникальным местам нашей родины – России. Также, в вводной части занятия детям были предложены в стихотворной форме задания: выполнить различные виды ходьбы для профилактики плоскостопия, ходьба змейкой, подлезания под дугами, ходьба по гимнастическому бревну и бег, которые были проведены поточным способом с использованием музыки, без пауз и остановок. В основной части занятия дети под четкие указания инструктора выполняли комплекс упражнений парами под музыку. Целью которых было развитие и укрепление мышц рук, ног, укрепление мышцы спины, развитие координации движения, а также умения поддерживать, помогать и доверять друг другу.

Для совершенствования основных видов движений дети сначала познакомились с местом на карте, куда они отправятся, познакомились с достопримечательностью при помощи интерактивной панели, далее конструировали в зале модель и выполняли необходимые действия. Эльбрус – преодоление препятствия (мат) способом переползания. Ботовская пещера – проползание под препятствие (мат) с изменением высоты данного препятствия (модули). Бархан Сарыкум – перекаты по неустойчивой, мягкой поверхности (мат, фитболы).

Эстафета «Васюганские болота» была проведена с целью развития у детей ориентировки в движении, а также для развития ловкости, быстроты реакции, внимания, координации движений и умения работать в команде.

В заключительной части занятия выполнили дыхательное упражнение для снятия мышечной напряженности. Ребята сделали выводы о том, что мы живем в замечательной, богатой стране с разнообразным рельефом и ощутили чувство гордости за свою родину.

4. «По следам Кроша», возрастная группа: 5-7 лет.

Цель: создание условий для развития интереса у детей дошкольного возраста к физическим упражнениям, формирование простейших умений ориентироваться в пространстве, двигаться в заданном направлении через сюжетное физкультурное занятие.

Задачи данного занятия:

Обучающие задачи:

1.1. Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с выполнением заданий по музыке.

1.2. Совершенствовать умение ориентироваться в пространстве, двигаться в заданном направлении, в соответствии со знаками - указателями направления движения (вперед, назад, налево, направо и т. п.).

1.3. Упражнять детей в ориентировании «на себя» через двигательную деятельность.

1.4. Совершенствовать умение ходьбы по гимнастической скамейке приставным шагом с сохранением равновесия.

1.5. Формировать простейшие технико-тактические действия с мячом: забрасывание в напольную корзину.

1.6. Упражнять в пролезании в обруч, закреплённый в гимнастические блоки.

1.7. Формировать умение работать самостоятельно с опорой на карточку помощницу.

1.8. Способствовать проявлению двигательных интересов средствами физической культуры и спорта.

1.9. Формировать опорно-двигательный аппарат и правильную осанку.

Оздоровительные задачи:

2.1. Развивать координацию движений, выносливость, быстроту, ловкость, ориентировку в пространстве, глазомер;

2.2. Развивать изящество (девочки), мышечную силу (мальчики).

Воспитательные задачи:

3.1. Воспитывать осознанное отношение к своему здоровью, формировать умение самоорганизации в двигательной деятельности;

3.2. Воспитывать умение действовать в коллективе, соотносить свои действия с правилами, действиями товарищей.

На данном занятии ребята идут по следам Кроша, чтобы найти потерянную книгу здоровья, которую Крош взял у Ежика почитать и потерял. Крош не знает, где оставил книгу, но он нарисовал карту своего маршрута. Чтобы отправиться на поиски, мы должны подготовиться, для этого в вводной части занятия дети выполнили задания в стихотворной форме: различные виды ходьбы с разным положением рук, подскоки, прыжки с продвижением вперед, бег. Разминка была проведена поточным способом с использованием музыки, без пауз и остановок. В основной части занятия дети под четкие указания инструктора выполняли комплекс упражнений, с учетом гендерных различий: сильные мальчики с гантелями,

изящные девочки с лентами под музыку. Целью которых было развитие и укрепление мышц рук, ног, укрепление мышцы спины, развитие координации движения. Чтобы быстрее найти пропажу, ребята разделились на три группы и с помощью Foot – корта⁴ определили своё первое задание. Так прошла круговая тренировка (по методу переменного-непрерывного упражнения, после выполнения упражнения, по сигналу, ребята строились в колонну и переходили к следующему заданию). После тренировки ребята нашли книгу. Поиграли в игры «Найди себе пару», так как Ежик и Крош настоящие друзья. Провели рефлексию: почему Крош сам не смог найти пропажу? Потому что путает лево и право. Поиграли с ребятами в малоподвижную игру «Покажи на друге».

5. «Путешествие на Марс», возрастная группа: 6-7 лет.

Цель: Создание условий для развития интереса у детей дошкольного возраста к физическим упражнениям, отработка техники броска мяча в вертикальную цель через сюжетное физкультурное занятие.

Задачи данного занятия:

Обучающие задачи:

1.1. Упражнять детей в ориентировании «на себя» через двигательную деятельность;

1.2. Совершенствовать двигательные навыки за счет повторения разных видов движений;

1.3. Формировать простейшие технико-тактические действия с мячом: метание в вертикальную цель;

1.4. Способствовать проявлению двигательных интересов средствами физической культуры и спорта;

1.5. Закреплять знания о космосе, полученные ранее на занятиях в группе.

Оздоровительные задачи:

⁴ Напольный коврик размером 80 × 80 см из винилискожи, с расположенными на нем геометрическими фигурами разных цветов.

2.1. Развивать интерес к государственным праздникам, событиям нашей страны и всего мира;

2.2. Развивать координацию движений, выносливость, быстроту, ловкость, ориентировку в пространстве, глазомер;

2.3. Развивать образное и пространственное мышление, внимание, фантазию детей.

Воспитательные задачи:

3.1. Воспитывать осознанное отношение к своему здоровью, формировать умение самоорганизации в двигательной деятельности;

3.2. Воспитывать умение подчинять свою деятельность сознательно поставленной цели.

К ребятам пришло аудио письмо, в котором несчастные марсиане просят о помощи вернуть похищенные секреты здоровья. Для того, чтобы отправиться в космос и помочь Марсианам, нам нужно быть сильными, ловкими космонавтами. Для этого мы прошли специальную подготовку, которая состояла из построения, выполнения различных видов ходьбы, подскоков, бега и дыхательных упражнений в стихотворной форме. Далее ходьба по гимнастическому бревну, подлезание под дугами, ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, ходьба по гимнастическому мостику, прыжки с использованием стэп-кейджа. Все эти упражнения были проведены поточным способом, с использованием музыки, без пауз и остановок. На этом этапе применилось игровое упражнение по ориентировке в пространстве «Расставь так, как указано на экране».

Основной этап мероприятия состоял из ориентирования в пространстве и выполнения основных видов деятельности: поиска похищенных секретов планеты Марс с использованием карт – схем и Foot – корта, который помогал определить задание. Первое – это перепрыгивание через перекладину и пролезание в обруч. Второе – это дорожка внимания, при помощи которой совершенствуются умения детей ориентироваться на себя. Третье – это

черные дыры, метание малых мячей в вертикальную цель. Все задания были обыграны, согласно сюжету мероприятия.

Заключительный этап содержал элементы рефлексии. Дети смогли найти все цветовые сферы с похищенными секретами здоровья, выяснили то, что мы уже знакомы с этими правилами ЗОЖ и даже их выполняем, поэтому мы смогли с легкостью выполнить все задания и помочь жителям с соседней планеты.

А также ребята усвоили очень важную вещь: нужно всегда приходить на помощь нуждающимся. Между этапами мероприятия проводилась релаксация с использованием фитболов.

А также в методической разработке представлены конспекты спортивных праздников по физической культуре:

6. «Морское путешествие», возрастная группа 4-7 лет

Цель: Создание условий для развития физических и познавательных способностей детей в процессе игрового взаимодействия.

Задачи данного занятия:

Обучающие задачи:

- 1.1. Уточнить знания детей об особенностях военной морской службы;
- 1.2. Закреплять умение преодолевать препятствия, упражнять в ползание, беге.

Оздоровительные задачи:

- 2.1. Развивать способность ориентироваться в пространстве, развивать самостоятельность и инициативность.
- 2.2. Развивать физические качества: выносливость, скорость, силу, координацию движений, меткость, ориентировку в пространстве.
- 2.3. Развивать нравственные качества: самостоятельность, дисциплину, взаимопомощь, дружбу.

Воспитательная задача:

- 3.1. Воспитывать патриотические чувства, чувство командного духа.

Данное занятие построено в виде соревнования двух команд моряков кораблей «Смелый» и «Оважный». Задача моряков: пройти все испытания, спасти животных с горящего острова, собрать все фрагменты флага своего корабля и встретиться с кораблем соперников в честном морском бою. Мероприятие началось с разминки на внимание. Дети должны были четко выполнять все команды инструктора. Под музыку выполнили ритмичную гимнастику с элементами танца. Основная часть мероприятия состояла из эстафет: поднять якорь, помыть палубу, пришвартоваться – закинуть трос на кнехт, запасти припасы, спасти животных с горящего острова, отремонтировать корабль, достав запчасти со дна моря с закрытыми глазами. За каждую эстафету команда получала фрагмент флага, который нужно было собрать и поднять на флагшток. В заключительной части команды встретились в честном морском бою, нужно было закидать команду воздушными шарами, перекидав их на поле соперников. После боя все участники соревнований исполнили дружественный танец - повторялку. В ходе мероприятия у детей увеличился словарный запас, сформировалось умение достойно проигрывать, все участники получили массу положительных эмоций.

7. «Ундокай – спортивный праздник страны восходящего солнца», возрастная группа: 5-7 лет.

Цель: Создание условий для ознакомления детей старшего дошкольного возраста с традиционным японским спортивным праздником «Ундокай» в процессе двигательной и познавательной деятельности.

Задачи:

Обучающие задачи:

1.1. Способствовать проявлению двигательных интересов средствами физической культуры и спорта.

1.2. Формировать заинтересованное и уважительное отношение к культуре соседней страны.

Оздоровительные задачи:

2.1. Развивать творческие двигательные способности детей.

2.2. Развитие физических (ловкость, быстрота реакции, координационная способность) и психических (воля, целеустремленность, самоконтроль) качеств.

Воспитательные:

3.1. Воспитывать чувства дружелюбности и толерантности.

На одном из занятий от детей прозвучал вопрос: «В других странах есть такие же ежегодные спортивные соревнования, праздники как у нас в России?» И ответить на этот вопрос смогли тоже сами дети. Некоторые ребята посещают спортивные секции карате, они-то и рассказали нам про традиционный спортивный праздник Японии – «Ундокай». И мы решили провести такой праздник у нас в саду.

В рамках подготовки к празднику, дети совместно с родителями изготовили носилки для конкурса «Перенеси мяч» и «султанчики» для группы поддержки - чирлидерш.

В празднике приняли участие 2 подготовительные группы. Все участники, болельщики и девочки группы поддержки - чирлидерши были одеты в красные и белые футболки, что соответствует цветовой гамме японского флага. Начался праздник с церемонии открытия. Под медленную японскую мелодию в спортивный зал под белым полотном ткани вошли парами участники белой команды и девочки – чирлидерши. Мальчики остались за тканью, в это время девочки группы поддержки под энергичную мелодию исполнили танец с султанчиками. После танца задорно произнесли кричалку. Под звук барабанов из-под ткани выбежали участники команды, сделали круг почета и выстроились на линии старта, громко отчеканив название своей команды на японском языке. Тоже самое выполнили участники красной команды.

После церемонии открытия начались состязания. Игрокам пришлось применить всё своё умение в необычных испытаниях этой страны: пронести большой мяч на носилках, показать свою меткость в метании, силу в

перетягивании каната и показать своё бесстрашие при лопании воздушных шариков, чтобы добыть пуцку шарика для команды. На протяжении всех конкурсов участников бурными аплодисментами поддерживали болельщики.

Так же на спортивный праздник «Ундокай» был приглашен участник клуба «Киокусинкай каратэ», многократный победитель многих конкурсов, обладатель синего пояса. Он продемонстрировал детям «ката» - определённый технический комплекс последовательных движений и ударов. Все участники по справедливости были отмечены жюри. Команда победителей была награждена кубком, команда, занявшая второе место, заработала грамоту. Дети получили колоссальный заряд положительных эмоций.

8. «Богатыри земли русской», возрастная группа 4-7 лет

Цель: Создание условий для развития физических и познавательных способностей детей в процессе игрового взаимодействия.

Задачи данного занятия:

Обучающие задачи:

1.1.Формировать у мальчиков стремление быть сильными, смелыми, стать защитниками Отечества, а также формировать интерес к прошлому своей Родины.

1.2. Закреплять умение преодолевать препятствия, упражнять в ползании, беге.

Оздоровительные задачи:

2.1. Развивать физические качества: выносливость, скорость, силу, координацию движений, меткость, ориентировку в пространстве.

2.2.Развивать нравственные качества: самостоятельность, дисциплину, взаимопомощь, дружбу.

Воспитательные задачи:

3.1. Воспитывать у дошкольников патриотические чувства.

3.2. Воспитывать у девочек уважение к мальчикам как будущим защитникам

Отечества.

Данное мероприятие проходило совместно с родителями. Они стали активными участниками нашей игры. Воевода собирал дружину для защиты земли русской от врагов разных. Но не каждому найдется место в той дружине, а только сильному, да смелому. Данное занятие построено в виде соревнования двух дружин «Алеши Поповича» и «Ильи Муромца». Задача ребят: пройти все испытания, и доказать, что они могут быть настоящими будущими защитниками отечества. Мероприятие началось с музыкальной разминки для всех участников соревнований. Далее представления команд и их болельщиков. Основная часть мероприятия состояла из эстафет для мальчиков: доставить пушку на заставу, зарядить пушку снарядами, метание копья, наездники, победить Змея Горыныча, спасение девиц-красавиц. Эстафет для пап: силачи, вытащить раненого с поля боя. Эстафет для девочек: принести воды в коромысле, собрать дорожки. В заключительной части дружины устроили народное зрелище – перетягивание каната. Поиграли в малоподвижную игру «Да - нет». В ходе мероприятия у детей увеличился словарный запас, расширился кругозор о быте людей в старину. Сформировалось умение достойно выигрывать и проигрывать, все участники были награждены и получили массу положительных эмоций.

Разработанные занятия направлены на развитие всех основных движений (метание, ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание), а также и специальные упражнения, направленные на укрепление мышц спины, плечевого пояса и мышц ног, координацию движений, ориентирования, формирование правильной осанки, развитие равновесия.

Педагогическая разработка адресована: инструкторам по физической культуре, а так же учителям по физической культуре начальной школы, педагогам дошкольных образовательных организаций, педагогам детских развивающих центров, родителям, а также для всех, кто заинтересован в успешном физическом развитии детей.

Технологическая карта занятия по физическому развитию дошкольников.

Автор инструктор по физическому развитию Тетерина О.А.

Возрастная группа: 5-7 лет.

Время проведения: 25 минут

Место проведения: спортивный зал

Количество детей: 18

мал. 8

дев. 10

Одежда: Спортивная футболка, шорты.

Обувь: лёгкие спортивные кроссовки.

Спортивный инвентарь: Презентация, мультимедиа, музыкальное сопровождение, картинки витаминов, картинка солнышка, следы носочки, следы пяточки, канат, блины, дуги для подлезания, гимнастическое бревно, гимнастические островки по количеству детей, морковки по количеству детей, вязанные мячи в корзинке, 2 напольных кольца, пластмассовые мячи по количеству детей, канат.

Тема занятия: образовательная деятельность «В поисках витаминов здоровья»

Культурно-смысловой контекст: узнать о пользе витаминов, победить страшный вирус, закрепить действия с малым мячом.

Культурная практика: двигательная, игровая деятельность.

Цель: создание условий для развития интереса у детей дошкольного возраста к физическим упражнениям, формирование простейших технико-тактических действий с мячом через сюжетное физкультурное занятие.

Задачи:

1.Обучающие задачи:

- 1.1.Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с выполнением заданий под стихотворные тексты;
- 1.2.Формировать простейшие технико-тактические действия с мячом: забрасывание в напольную корзину;
- 1.3.Способствовать проявлению двигательных интересов средствами физической культуры и спорта.

1.4.Формировать опорно-двигательный аппарат и правильную осанку.

1.5.Формировать знания детей о витаминных качествах овощей и фруктов, об их значимости в жизни людей.

2.Оздоровительные задачи:

2.1.Развивать координацию движений, выносливость, быстроту, ловкость, ориентировку в пространстве, глазомер;

2.2.Продолжать развивать навыки личной гигиены.

3.Воспитательные задачи:

3.1.Воспитывать осознанное отношение к своему здоровью, формировать умение самоорганизации в двигательной деятельности;

3.2.Формировать общую культуру личности детей, в том числе ценности здорового образа жизни;

3.3.Воспитывать умение действовать в коллективе, соотносить свои действия с правилами, действиями товарищей.

Планируемые результаты: 1.Отработка техники выполнения броска малого мяча в напольную корзину, в доступной форме объяснив технику выполнения бросков мяча в кольцо;

2.Расширение кругозора, уточнение представлений о витаминных качествах овощей и фруктов, об их значимости в жизни человека;

3.Демонстрация умения сотрудничать с педагогами и сверстниками;

4.Формирование навыков здорового образа жизни.

Предварительная работа:

1. Подбор иллюстраций на тему «Витамины»;

2. Беседа с детьми о пользе витаминов, о их содержании в продуктах;

3. Работа с методической литературой по теме занятия;

4. Составление презентации;

5. Подбор спортивного инвентаря, для проведения занятия;

6. Создание условий для проведения занятия.

Обогащение РППС по теме занятия: изготовление нестандартного оборудования морковок для общеразвивающих упражнений, малых вязаных мячей, карточек с изображением витаминов и продуктов в которых содержится данный витамин.

Ссылка на видео занятие: https://youtu.be/eAK7HID0s_c

Литература: 1. Вареник Е.Н. Физкультурное-оздоровительные занятия с детьми 5-7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2009. – 128 с.

2.Буцинская П.П., Васюкова В.И., Лескова Г.П. Общеразвивающие упражнения в детском саду.- М., 1991 – 90с

3. Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду старшая группа детского сада. – М.: Просвещение, 2012. – 140 с.

Этап, его продолжительность	Задачи этапа	Деятельность педагога	Деятельность воспитанников
ВВОДНАЯ ЧАСТЬ			
1.Вводно-организационный этап. Мотивационно-побудительный момент. 1 мин	Эмоциональная, психологическая и мотивационная подготовка учащихся к проведению занятия.	Построение. Проверка осанки. Приветствие. Озвучивание цель. Слайд № 1 (звук смс, на экране появляется письмо) - К нам в детский сад на электронную почту пришло письмо, интересно от кого? Давайте прочитаем! (слайд № 2, с экрана говорит вирус, аудиозапись 1) - Ой, ребята! Что же нам делать? Как нам вернуть витамины? Для чего нужны витамины? -А давайте отправимся на поиски пропавших витаминов, но чтобы нам их найти, нужно пройти сложные испытания и препятствия. Вам нужно быть смелыми, ловкими и выносливыми. Ну что, ребята не испугаетесь? -Тогда отправляемся в путь!	Построение в шеренгу, приветствие. Ответы детей -Нет!
2.Разминка 3 мин	Организация направленного внимания. Функционально подготовить организм к предстоящим нагрузкам	Даёт команду: «Равняйся, смирно», «Направо, в обход зала шагом марш». Следит за осанкой. Даёт команды на выполнение ходьбы, затем бега. (Ходьба на носках, руки вверх) -На носочках мы пойдём, раз-два, раз-два, И немножко подрастём, раз-два, раз-два! (Ходьба на пятках, руки на поясе)	Выполняют строевые упражнения. Передвигаются по залу колонной, выполняя команды педагога. Передвигаясь по залу,

		<p>-А теперь на пяточках Как мишки в перевалочку <i>(Ходьба змейкой между предметами)</i> Дети зайку увидали И как зайки запетляли <i>(Продвижение вперед прыжками на двух ногах вместе)</i> -Ой, болото впереди Нам его не обойти. Мы попрыгаем по кочкам, Только вниз не упади! <i>(Подлезание под дугами)</i> -Ветер очень сильно дул, Все кусты дугой согнул. Как преграду обойти? Под дугою проползти! <i>(Ходьба по гимнастическому бревну)</i> Ручей на пути. Как дальше пройти? Ответ очень прост – поможет нам мост! <i>(Бег медленным темпом вокруг зала)</i> -Осенний лес мы увидали и к нему мы побежали. -Мы бежали, наши ноги вдруг устали Переходим на ходьбу, восстанавливаем дыхание. <i>(Контролирует выполнение.</i> <i>Проводит дыхательную гимнастику.</i> <i>Построение в шеренгу)</i> -Все задания выполнить смогли, витаминку А нашли. <i>(Картинка с</i> <i>витамином А лежит под гимнастическим брусом)</i> -А какие продукты содержат витамин А?</p>	<p>соблюдают дистанцию.</p> <p>Выполняют упражнения.</p> <p>Выполняют бег без задания</p> <p>Во время движения по кругу выполняют дыхательные упражнения.</p> <p>Ответы детей.</p>
ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ			

<p>1.Общеразвивающие упражнения 5 мин</p>	<p>Тренировка основных групп мышц</p>	<p>Знакомство детей с особенностями и задачами предстоящей деятельности.</p> <p>-Витамин А содержится в моркови.</p> <p>-Возле грядки встаем</p> <p>Мы морковочку возьмём</p> <p>Упражнение начнём</p> <p>Перестроение по команде.</p> <p><i>(По сигналу дети встают каждый у своего гимнастического островка, и берет в руки морковь)</i></p> <p>ОРУ с предметом:</p> <p>1.«Морковка по кругу»</p> <p>и.п.: стоя на островке, ноги вместе, руки опущены, морковка в правой руке.</p> <p>1-руки через стороны вверх, морковку переложить в другую руку.</p> <p>2-Руки через стороны вниз, морковку переложить в другую руку за спиной. (6-8 раз).</p> <p>2.Наклоны</p> <p>и.п.: стоя на островке, ноги вместе, руки опущены, морковка за головой, локти в стороны.</p> <p>1- 3 наклон вниз, коснуться морковкой пола</p> <p>2- 4, в и.п. (6-8 раз).</p> <p>3. «Приседания»</p> <p>И.п.: стоя на островке, пятки вместе, носки врозь, руки внизу с морковкой.</p> <p>1-3, присели, колени развели в стороны, руки с морковкой вытянули вперед.</p> <p>2-4, в и.п.</p> <p>4.«Дотянись до морковки»</p> <p>и.п.: сидя на островке, ноги прямые, носки вместе, руки с морковкой на коленях.</p>	<p>Осознают и принимают поставленную задачу</p> <p>Выполняют упражнения.</p> <p>Спина прямая</p> <p>Руки прямые.</p> <p>Ноги в коленях не сгибать.</p> <p>Пятки от островка не отрывать, держать равновесие.</p> <p>Колени не сгибать.</p>
---	---------------------------------------	---	--

		<p>1- наклон вперед, положить морковку за стопы. 2- в и.п. 3- наклон вперед, поднять морковку, 4- в и.п. (6-8 раз) 5. «Шаги» и. п.: стоя на островке, руки вдоль туловища, морковка в правой руке. 1 – шаг вперед; 2 – шаг на островок; 3– шаг назад; 4– шаг на островок. (6-8раз) 6. Спрыгивание на 2х ногах. И. п.: стоя на островке, руки вдоль туловища, морковка в правой руке. 1 – спрыгнуть с островка вперед; 2 – зайти на островок; 3– спрыгнуть назад; 4– зайти на островок. (6-8раз) 7. «Ароматная морковка» дыхательное упражнение. 1 – вдох носом, ароматная морковка; 2 – глубокий выдох ртом, не раздувая щеки. (3 раза) Упражнение закончим Витаминку С найдём (Убираем островки, под одним лежит витаминка С) По сигналу перестроение в шеренгу. -А какие продукты содержат витамин С?</p>	<p>Выполнять ритмично.</p> <p>Ноги вместе.</p> <p>Правильно выполнять дыхательное упражнение</p> <p>Ответы детей.</p>
<p>2. Основные движения 10 мин</p>	<p>Формирование умений слушать и руководствоваться указаниями взрослого.</p>	<p>Даёт команду: «Равняйся, смирно», «Направо, в колонну по двое, шагом марш!» -Ребята, посмотрите, у нас большая корзина фруктов и овощей, давайте разделим на две корзины.</p>	<p>Повторяем технику броска мяча в напольное кольцо (принятие</p>

	Закрепление раннее полученных навыков и умений, развитие физических качеств.	-Для начала давайте повторим технику выполнения броска малого мяча с места. Вам нужно встать в исходное положение тела: корпус необходимо повернуть в сторону метания, правую руку согнуть в руке, кисть с мячом держать на уровне лица. Примите положение «натянутого лука». С помощью захлестывания руки совершите финальное усилие. (На дне корзинки находим следующую витаминку В) -А какие продукты содержат витамин В?	правильной стойки, замаха, броска) Выполняют метание. Ответы детей
3. Подвижные игры 3 мин	Снятие физического и эмоционального напряжения.	Объясняет правила игры Игра «Успей поднять витаминку» На полу в кругу лежат мячи по количеству меньше на один мяч чем детей, пока звучит музыка, дети двигаются по кругу, как только музыка замолкает ребята должны успеть взять мячик. Кому мячик не достался, выходит из игры. (5 раз) -С витаминкой поиграли И скорей в кружочек встали (Перестроение)	Принимают инструкцию педагога и следуют ей.
ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ			
1.Релаксация 1 мин	Привести различные системы организма ребенка в спокойное состояние.	А сейчас, мои ребятки, отгадайте- ка загадку! Ты весь мир обогреваешь, И усталости не знаешь, Улыбаешься в оконце, А зовут тебя все ... Солнце! (Снимаем солнце со шторки, на обороте спрятана витаминка D) - А какие продукты содержат витамин D? -Чтобы нам здоровыми стать Нужно с солнышком играть! Дыхательная гимнастика «Здравствуй, солнышко!» И. п: - ноги на ширине плеч, руки за спиной опущены вниз. Медленно поднять руки вверх – вдох; опуская руки вниз, отводя их	Отгадывают загадку. Ответы детей

		за спину, - медленный плавный выдох. Сели на пол, закрыли глаза и вспомнили, что же мы сегодня с вами делали?	
2. Рефлексия 2 мин	Подведение итогов ОД, обобщение полученного ребенком опыта.	- А кто у нас витамины украл? - Мы с вами большие молодцы, все витамины собрали. Теперь мы сможем его победить? (Слайд 7 Голос Вируса-Шмируса, аудиозапись 2) -Ребята, а для чего нам нужны витамины? -Чтобы быть здоровым, нужно мыть руки, есть витамины и заниматься физкультурой! (Слайд 8 Голос Вируса, аудиозапись 3) -А так же, ребята, не забывайте мыть руки.	Ответы детей. Оценивают процесс и результат своей деятельности, отвечают на вопросы. Определяют свое эмоциональное состояние на занятии. Колонной выходят из зала.

Фото фрагменты занятия «В поисках витаминов здоровья»»







Технологическая карта занятия по физическому развитию дошкольников

Автор инструктор по физическому развитию Тетерина О.А.

Возрастная группа: 5-6 лет.

Время проведения: 25 минут

Место проведения: спортивный зал

Количество детей: 10

мал. 5

дев. 5

Одежда: Спортивная футболка, шорты.

Обувь: лёгкие спортивные кроссовки.

Спортивный инвентарь: Презентация, мультимедиа, музыкальное сопровождение, «кони» по количеству детей, конусы по количеству «коней», блины, гимнастические скамейки, 6 модулей, 3 гимнастических палки, 2 степ-кейджа 4 обруча.

Тема занятия: образовательная деятельность «В гости к лошадям на конюшню»

Культурно-смысловой контекст: узнать о правилах поведения с домашними животными, как ухаживать за лошадьми, о их значимости в жизни человека, формировать умения ходить по ограниченной поверхности, закреплять умение прыгать разными способами.

Культурная практика: двигательная, игровая деятельность.

Цель: создание условий для развития интереса у детей дошкольного возраста к физическим упражнениям, формирование простейших умений ходьбы по ограниченной поверхности через сюжетное физкультурное занятие.

Задачи:

1.Обучающие задачи:

1.1. Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с выполнением заданий под стихотворные тексты;

1.2. Формировать простейшие умения: ходьба по ограниченной поверхности и прыжки разными способами;

- 1.3. Способствовать проявлению двигательных интересов средствами физической культуры и спорта;
- 1.4. Формировать опорно-двигательный аппарат и правильную осанку;
- 1.5. Познакомить детей с домашним животным – конём.

2. Оздоровительные задачи:

- 2.1. Развивать координацию движений, выносливость, быстроту, ловкость, ориентировку в пространстве.

3. Воспитательные задачи:

- 3.1. Воспитывать осознанное отношение к своему здоровью, формировать умение самоорганизации в двигательной деятельности;
- 3.2. Формировать общую культуру личности детей, бережное отношение к животным;
- 3.3. Воспитывать умение действовать в коллективе, соотносить свои действия с правилами, действиями товарищей.

Планируемые результаты: 1. Отработка техники: ходьбы по ограниченной поверхности, ходьбы «змейкой», огибая препятствия, прыжков на двух ногах вместе с продвижением вперед и сменой направления, прыжков с поочередной сменой левой и правой ног, перепрыгивания перекладины на разной высоте.

2. Расширение кругозора, уточнение представлений о лошадях, об их значимости в жизни человека;
3. Демонстрация умения сотрудничать с педагогами и сверстниками;
4. Формирование навыков здорового образа жизни, бережного отношения к животным.

Предварительная работа:

1. Беседа с детьми о лошадях, (о конюшне, о ипподроме), об их значимости в жизни человека;
2. Работа с методической литературой по теме занятия;
3. Составление презентации;
4. Подбор спортивного инвентаря для проведения занятия;
5. Создание условий для проведения занятия.

Обогащение РППС по теме занятия: изготовление нестандартного оборудования – коней, изготовление нестандартного дидактического пособия степ-кейджа.

Ссылка на видео занятие: <https://youtu.be/W1Nnfg-4FM>

- Литература:** 1. Вареник Е.Н. Физкультурное-оздоровительные занятия с детьми 5-7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2009. – 128 с.
 2. Буцинская П.П., Васюкова В.И., Лескова Г.П. Общеразвивающие упражнения в детском саду.- М., 1991 – 90с
 3. Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду старшая группа детского сада. – М.: Просвещение, 2012. – 140 с.

Этап, его продолжительность	Содержание	Организационно-методические приёмы	Примечание
ВВОДНАЯ ЧАСТЬ			
1. Вводно-организационный этап. Мотивационно-побудительный момент. 1 мин	Построение. Проверка осанки. Приветствие. Озвучивание цель.	- К нам в детский сад на электронную почту пришло видеообращение. Давайте его посмотрим <i>(слайд № 1, с экрана звучит приглашение детей на конюшню, где они смогут познакомиться и поиграть с лошадьми).</i> -А что такое конюшня? - Ребята, вы хотите отправиться на конюшню в гости к таким красивым животным, как лошади? -Помните, вам нужно быть смелыми, ловкими и выносливыми. Ну что, ребята, идём? Нас ждут наши новые друзья. -Тогда отправляемся в путь!	Построение в шеренгу, приветствие. Дети подходят к экрану. Ответы детей Построение в шеренгу.
2.Разминка 3 мин	Перестроение в колонну по одному. Ходьба в колонне по одному Ходьба на носках, руки вверх (колени не сгибать); Ходьба на пятках, руки за спиной Ходьба высоко поднимая колени,	Ифк даёт команду: «Равняйся, смирно», «Направо, в обход по залу шагом марш». Следит за осанкой. - На конюшню мы пойдём, там друзей себе найдём. Даёт команды на выполнение ходьбы, - Чтобы на конях скакать, нужно ловкими нам стать. На носочках мы пойдём и немножко подрастём. -Спину прямо держим все, нос не опускаем, И на пятках весело шагаем. -Чтоб падений избежать, надо ноги тренировать. - Вот конюшню увидали и быстрее побежали. - А от радости, ура, мы подпрыгнем детвора!	Выполняют строевые упражнения. Передвигаются по залу колонной, выполняя команды педагога. Передвигаясь по залу, соблюдают дистанцию. Выполняют бег без задания По сигналу подпрыгивают

	<p>подскоки Бег в колонне по одному; Подпрыгивание во время бега по сигналу. Переход на ходьбу, восстановление дыхания Построение в шеренгу</p>	<p>-Мы бежали, мы бежали наши ноги вдруг устали. -Потихоньку мы пойдём- правильно дышать начнём. Ифк даёт команду: «На месте стой, раз, два. Направо раз, два» Закройте глаза и подумайте каким именем вы хотели бы назвать своего коня. (пока дети стоят с закрытыми глазами, расставляем коней) Ифк даёт команду: «Налево, по центру зала шагам марш».</p>	<p>Во время движения по кругу выполняют дыхательные упражнения. Дети подходят к коням и берут их в руки.</p>
ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ			
<p>1.Общеразвивающие упражнения 5 мин</p>	<p>ОРУ с предметом: Тренировка основных групп мышц</p>	<p>Прежде чем кататься на наших скакунах надо с ними хорошо познакомиться и подружиться. 1.Здравствуй, лошадка и.п.: основная стойка, руки внизу с лошадкой. 1-руки вверх, глазами смотрим на лошадку. 2-Руки вниз, голову наклоняем вниз. (6-8 раз). 2.Наклоны «Накорми лошадку» и.п.: ноги на ширине плеч, лошадка в опущенных руках 1- 3 наклон вниз, руки вытянуть коснуться лошадкой пола 2- 4, в и.п. (6-8 раз). 3. Приседания «Посидим на лошадке» И.п.: стоя с опорой на лошадку, пятки вместе, носки врозь. 1-3, присели, колени развели в стороны. 2-4, в и.п. 4.«Покатаемся по травке» и.п.: лежа на животе, руки вытянуты с лошадкой 1- перекатились вправо. 2- перекатились влево. 3 - в и.п. (6-8 раз) 5. Прыжки на 2х ногах.</p>	<p>Осознают и принимают поставленную задачу Выполняют упражнения. Спина прямая Руки прямые. Ноги в коленях не сгибать. Пятки от пола не отрывать. Ноги и руки вместе, вытянуты Выполнять ритмично.</p>

	Перестроение шеренгу.	и. п.: стоя, оседлав лошадку, держа её двумя руками 1 – выполнить 8 прыжков на двух ногах вместе 2 – в и.п. (6-8раз) в 6. «Останови лошадку» дыхательное упражнение. 1 – вдох носом; 2 – с силой выдуть воздух заставляя вибрировать губы: прррррр (3раза)	Правильно выполнять дыхательное упражнение
2. Основные движения 10 мин	Выполнение основных действий поточным способом Расстановка инвентаря Уборка инвентаря	- Вот мы с вами и подружились с нашими конями. Теперь мы сможем на них и поскакать, преодолевая препятствия. -Готовы? Давайте подготовим трассу. <i>(Слайд 2 на экране схема расстановки спортивного оборудования, дети по команде расставляют инвентарь)</i> 1. Ходьба по двум перевёрнутым скамейкам; 2. Прыжки на двух ногах вместе со сменой направления по блинам. 3. Ходьба, бег змейкой вокруг конусов; 4. Перепрыгивание через препятствия разной высоты; 5. Поочередные прыжки на правой и левой ногах через скеп – кейдж; Ребята в шеренге кладут на пол коней и по команде убирают инвентарь.	Ответы детей Дети на конях поточным способом выполняют задание
3. Подвижные игры 3 мин	Перестроение в круг	В круг кладём скакунов, идём по кругу и говорим слова. С последним словом быстро поднимаем коня, седлаем его и скачем: девочки в ближайшие зелёные обручи, а мальчики в желтые обручи. Кто последний, тот выходит из игры. -Вокруг поля мы пойдём, Скакунов себе найдём, Вороного, рыжего, серого, гнедого. Будем по полю скакать, Никому нас не догнать.	Раскладывание обручей по углам зала. Дети принимают инструкцию педагога и следуют ей.
ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ			

<p>1. Релаксация 1 мин</p>	<p>Перестроение в круг</p>	<p>-Ребята, вот и пришло время сказать спасибо нашим лошадкам и попрощаться с ними. - Сели на пол, ноги в узелок. Дыхательная гимнастика. И. п: - спина прямая, руки на колени. 1 - Медленно развернуть руки в стороны – вдох; 2 – Обхватить себя руками, на выдохе говорим: здорово!</p>	<p>Убираем лошадей</p>
<p>2. Рефлексия 2 мин</p>	<p>Колонной выходят из зала.</p>	<p>Закрыли глаза и вспомнили, что же мы сегодня с вами делали? - Как нужно относиться к животным? -Ребята, я от вашего имени сказала спасибо нашим новым друзьям и передала им вкусные гостинцы (Слайд 3) С родителями вы можете тоже съездить на конюшню имени Тихомировых и покормить этих удивительных животных. -Что главное нужно помнить в обращении с домашними животными? -А также, ребята, не забывайте любить и ухаживать за своими питомцами.</p>	<p>Ответы детей. Оценивают процесс и результат своей деятельности, отвечают на вопросы. Определяют свое эмоциональное состояние на занятии.</p>

Фото фрагменты занятия «В гости к лошадям на конюшню»





Технологическая карта занятия по физическому развитию дошкольников.

Автор инструктор по физическому развитию Тетерина О.А.

Возрастная группа: 6-7 лет.

Время проведения: 30 минут

Место проведения: спортивный зал

Количество детей: 12

мал. 6

дев. 6

Одежда: Спортивная футболка, шорты.

Обувь: лёгкие спортивные кроссовки.

Спортивный инвентарь: Презентация, мультимедиа, музыкальное сопровождение, гимнастический мат 3x3, гимнастический мат 1x3, гимнастический цилиндр, гимнастическая скамейка, гимнастические мягкие модули по количеству детей, мягкий модуль дуга, 4 конуса, 9 футболов.

Тема занятия: образовательная деятельность «Достопримечательности России»

Культурно-смысловой контекст: узнать о достопримечательностях нашей родины - России, привить любовь к её природе, закрепить действия с гимнастическим матом.

Культурная практика: двигательная, игровая деятельность.

Цель: создание условий для развития интереса у детей дошкольного возраста к физическим упражнениям, формирование простейших умений работы на гимнастическом мате через сюжетное физкультурное занятие.

Задачи:

1.Обучающие задачи:

- 1.1. Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с выполнением заданий под стихотворные тексты;
- 1.2. Формировать простейшие умения: лазания на возвышенность по мату, перекаты по мату, ходьба с удержанием устойчивого равновесия по уменьшенной площади опоры (по мягким модулям);
- 1.3. Способствовать проявлению двигательных интересов средствами физической культуры и спорта;
- 1.4. Формировать опорно-двигательный аппарат и правильную осанку;

2. Оздоровительные задачи:

- 2.1. Развивать координацию движений, выносливость, быстроту, ловкость, ориентировку в пространстве.

3. Воспитательные задачи:

- 3.1. Воспитывать осознанное отношение к своему здоровью, формировать умение самоорганизации в двигательной деятельности;
- 3.2. Прививать детям любовь к родине, умение видеть её красоту, воспитывать уважительное отношение и любовь к своей стране, воспитывать чувство патриотизма.
- 3.3. Воспитывать умение действовать в коллективе, соотносить свои действия с правилами, действиями товарищей.

Планируемые результаты: 1. Отработка техники: ходьбы по ограниченной поверхности, ходьбы «змейкой», огибая препятствия, прыжков на двух ногах вместе с продвижением вперед и сменой направления, прыжков с поочередной сменой левой и правой ног, перепрыгивания перекладины на разной высоте.

2. Расширение кругозора, уточнение представлений о стране, в которой мы живем, о её достопримечательностях;
3. Демонстрация умения сотрудничать с педагогами и сверстниками;
4. Формирование навыков здорового образа жизни, патриотических чувств к своей родине.

Предварительная работа:

1. Беседа с детьми о красотах нашей родины и их разнообразии, об их значимости в жизни человека;
2. Рассмотрение иллюстраций, фотографий по теме «Красоты России»
3. Работа с методической литературой по теме занятия;
4. Составление презентации;

5. Подбор спортивного инвентаря для проведения занятия;
6. Создание условий для проведения занятия.

Обогащение РППС по теме занятия: размещение политической карты мира в группе.

Ссылка на видео занятие: <https://www.youtube.com/watch?v=vu5uMSi2aOs>

Литература: 1. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам. Старший возраст: Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1999. – 272 с.

2. Будицкая П.П., Васюкова В.И., Лескова Г.П. Общеразвивающие упражнения в детском саду.- М., 1991 – 90с

3. Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду подготовительная группа к школе детского сада. – М.: Просвещение, 2012. – 140 с.

4. Анастасия Строкина. Атлас загадочных мест России – М.: МИФ, 2022. – 86с.

Этап, его продолжительность	Содержание	Организационно-методические приёмы	Примечание
ВВОДНАЯ ЧАСТЬ			
1. Вводно-организационный этап. Мотивационно-побудительный момент. 1 мин	Построение. Проверка осанки. Приветствие. Озвучивание цель.	- Нашла карту, посмотрите на неё, она разноцветная, но всего больше на ней розового цвета. <i>(слайд 1)</i> . -Ребята, а кто может объяснить, что это значит? - Действительно – это наша родина, самая большая страна в мире. -А как она называется? -Наша страна очень красивая, она протянулась с запада на восток и только в нашей стране мы можем встретить и горы, равнины, пустыни, болота, реки, озера, моря, и разнообразные леса. По России на прогулку Приглашаю вас пойти Интересней приключенья Нам, ребята, не найти!	Построение в шеренгу, приветствие. Дети рассказывают. Россия Ответы детей Построение в шеренгу.

		<p>-Ребята, а какими мы должны быть, чтобы отправиться в путешествие?</p> <p>-Правильно, вы должны быть смелыми, ловкими и выносливыми. Нас ждут интересные и необычные места.</p> <p>-Тогда отправляемся в путь!</p>	
2.Разминка 3 мин	<p>Перестроение в колонну по одному.</p> <p>Ходьба в колонне по одному</p> <p>Ходьба на носках, руки вверх (колени не сгибать);</p> <p>Ходьба на пятках, руки на уровне плеч.</p> <p>Ходьба змейкой вокруг конусов</p> <p>Проползание под дугами на четвереньках</p> <p>Ходьба по гимнастическому бревну</p> <p>Бег в колонне по одному;</p> <p>Переход на ходьбу,</p>	<p>Ифк даёт команду: «Равняйся, смирно», «Направо, в обход по залу шагом марш». Следит за осанкой.</p> <p>Посмотрю на карту я, вот российская земля. (слайд 2)</p> <p>- Вот и горы на пути надо как-то их пройти, На носочки мы встаём, руки вверх вперед идём.</p> <p>Ходьба в колону по одному на носках, руки вверх.</p> <p>-Дальше горные ручьи, в них подземные ключи, Чтобы в них не искупаться на пяточки встанем, стараясь пробраться.</p> <p>Ходьба на пятках, руки в стороны</p> <p>-Что ж ручьи смогли пройти, лес дремучий впереди, Чтобы нам не заблудиться, будем змейкой мы кружится.</p> <p>Ходьба змейкой огибая конусы.</p> <p>- Вот пещеры впереди, их никак не обойти. Остётся нам ребята, в них лишь смело проползти!</p> <p>Проползти на четвереньках.</p> <p>- Наши маршрут совсем не прост, Вот река, над нею мост. Нам преграда не почем, по нему легко пройдем</p> <p>Ходьба по гимнастическому бревну</p> <p>-Широка Россия мать, степь рукою не обнять Побежим мы по полям ветер вольный обгонять.</p> <p>Бег вокруг зала</p>	<p>Выполняют строевые упражнения.</p> <p>Передвигаются по залу колонной, выполняя команды педагога.</p> <p>Передвигаясь по залу, соблюдают дистанцию.</p> <p>Выполняют бег без задания</p>

	восстановление дыхания Построение в шеренгу	<i>-Мы бежали, мы бежали наши ноги вдруг устали. -Потихоньку мы пойдём- правильно дышать начнём. Я люблю тебя Россия, ты же родина моя!</i> Восстановление дыхания. Ифк даёт команду: «На месте стой, раз, два.» Перестроение парами.	Во время движения по кругу выполняют дыхательные упражнения.
ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ			
1.Общеразвивающие упражнения 5 мин	ОРУ с предметом: Тренировка основных групп мышц	Наша страна самая большая и прежде, чем отправиться в путешествие по России, проведём тренировку. -Ребята, а когда долгая, тяжелая дорога кажется легче? -Чтобы по России прогуляется надо дружно парами потренироваться. 1. «Потягушки» И. П. - партнеры стоят лицом друг к другу на расстоянии шага и держатся за руки, стойка: пятки вместе, носки врозь 1- поднимают руки через стороны вверх, 2 - поднимаются на носки, руки вверх; 3 – руки в стороны; 4 - И. П. 2. «Борцы» И. П. - стоя лицом друг к другу. Правая нога выставлена вперед у обоих партнеров, другая отставлена назад, руки партнеров соединены ладонями. Поочередно руки партнеров то сгибаются, то разгибаются. (партнеры меряются силой) По 4 на каждую руку. 3. «Маятник» И. П. - стоят лицом друг другу, ноги стоят на ширине плеч, прямые руки лежат на плечах партнера 1- наклон в сторону; 2 – И. П. 3 - наклон в другую сторону; 4 – И. П. 5-6 раз в каждую сторону. 4. «Выпады в сторону» И. П. - стоят лицом друг к другу, ноги на ширине плеч, партнеры берутся за правую руку. 1-Выпад левой ногой в левую сторону и присесть на левую ногу,	Осознают и принимают поставленную задачу Когда ты с другом. Первый и второй номер берутся за руки. Выполняют упражнения. тянуться как можно выше. Темп умеренный Ноги от пола не отрываются. Давить на ладони партнеру с умеренной силой, поддаемся партнеру, но и не забываем сопротивляться Спину держим ровно, помогаем партнеру удерживать равновесие, выполняем упражнение

	Перестроение в шеренгу.	<p>правая нога прямая. 2-И. П. берутся за левую руку 3 - Выпад правой ногой, в правую сторону. 4- И. П. 5. «Присед» И. П. – стоя спиной друг к другу, ноги на ширине плеч, руки в локтях сцеплены; 1 – присед; 2 –И. П. 3- 4 – то же самое 6. «Прыжки» И. п. - Один сидит, ноги врозь, руки в стороны. Второй стоит между ногами первого, руки на пояс; 1 второй прыжком стойка ноги врозь. Первый соединяет ноги; 2 второй прыжком ноги вместе, первый разводит ноги врозь. 3-4 то же самое. 7. «Мы дружим!» И.П: напротив друг друга, глубокий вдох 1,2 - Шагнуть навстречу друг другу, обнять, выдох 3,4 - Вернуться в И.П.</p>	<p>одновременно</p> <p>Присед глубже, спина прямая, помогаем партнеру удерживать равновесие.</p> <p>Присед глубже, спина прямая, помогаем партнеру удерживать равновесие.</p> <p>Стараемся синхронизировать свои действия, выполняем упражнения под счет.</p>
2. Основные движения 10 мин	Выполнение основных действий поточным способом Расстановка инвентаря	<p>- Вот мы с вами размялись и готовы посетить самые уникальные и красивые места России. -Готовы? -И первое место, куда мы с вами отправимся – это горы Кавказа, а самая большая гора - Эльбрус (слайд 3) 1. Скалолазание. <i>На скамейке лежит цилиндр, сверху накрыт складным матом.</i> - Ваша задача забраться на гору Эльбрус и спуститься с неё.</p>	<p>Ответы детей</p> <p>Дети поточным способом выполняют задание</p>

	Уборка инвентаря	<p>- Понравилось вам в горах? А вы знаете, что в горах есть очень опасные, но очень красивые пещеры? Чем опасны пещеры? Мы не испугаемся и отправимся в нашу область, как она называется? -Второе место нашего путешествия находится в Жигаловском районе Иркутской области – это Ботовская пещера. (слайд 4)</p> <p>2. Пещеры <i>Складной мат, дуга, воротки.</i> -Ваша задача пройти по пещере, при сужении проползти. Понравилось вам в Ботовской пещере? -А мы с вами перемещаемся в Дагестан, ведь именно там находятся пустыня Сарыкум известная своими барханами. -Ребята, а кто знает, что такое барханы? Барханы – это возвышенность, образованная из песка, без растительности. Они формируются от ветра, который сдувает песчинки. (слайд 5)</p> <p>3. Барханы <i>Большой мат кладётся на фитболы и поддерживается с четырех сторон.</i> -Ваша задача, перекатиться по мату, как по барханам</p>	<p>Ответы детей (потеряться, обвал.)</p> <p>Дети поточным способом выполняют задание</p> <p>Ответы детей</p> <p>Дети поточным способом выполняют задание</p>
3. Подвижные игры 3 мин	Перестроение в две колонны	<p>А еще в нашей стране очень много болот. Болото тоже красивое, со своими обитателями, но очень опасное. Предлагаю вам отправиться в Западную Сибирь, где находится Васюганские болота. (слайд 6)</p> <p>4. Болото (эстафета) <i>Мягие блоки по количеству детей.</i> -Ваша задача, сначала выложить из мягких блоков переправу через</p>	<p>Каждый ребенок берет мягкий блок. Дети принимают инструкцию педагога и следуют ей.</p>

		болото, а потом переправиться всей команде. Кто быстрее.	
ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ			
1. Релаксация 1 мин	Перестроение в круг	- Сели на пол, ноги в узелок. Дыхательная гимнастика. И. п: - спина прямая, руки на колени. 1 - Медленно развернуть руки в стороны – вдох; 2 – Обхватить себя руками, на выдохе говорим: здорово! -Ребята, вот и подошло к концу наше путешествие. Понравилось? (слайд 7) Где мы побывали, какие места вы запомнили. А куда бы вы еще хотели отправиться?	Убирают инвентарь
2. Рефлексия 2 мин	Колонной выходят из зала.	-Что вы почувствовали, путешествуя по нашей стране? (гордость) -Как нужно относиться к своей стране? (бережно, с любовью) Берегите Россию, Нет России другой. Берегите ее тишину и покой, Это небо и солнце, Этот хлеб на столе И родное оконце В позабытом селе!	Ответы детей. Оценивают процесс и результат своей деятельности, отвечают на вопросы. Определяют свое эмоциональное состояние на занятии.

Фото фрагменты занятия «Достопримечательности России»





Технологическая карта занятия по физическому развитию дошкольников.

Автор инструктор по физическому развитию Тетерина О.А.

Возрастная группа: 5 - 6 лет.

Время проведения: 25 минут

Место проведения: спортивный зал

Количество детей: 12

мал. 6

дев. 6

Одежда: Спортивная футболка, шорты.

Обувь: лёгкие спортивные кроссовки.

Спортивный инвентарь: карточки схемы, карточки помощницы, карта маршрута, самолет из бумаги, цветные круги на стойках, книга о здоровье, музыкальное сопровождение: «Собираемся в поход», «музыкальная игра дружба» гимнастические ленты по количеству девочек, гантели по количеству мальчиков, 4 конуса, 3 Foot – корта, 2 гимнастические скамейки, 6 обручей, гимнастические блоки, 2 напольные корзины, малые мячи по количеству детей.

Тема занятия: образовательная деятельность «По следам Кроша»

Культурно-смысловой контекст: оказание помощи мультипликационным героям, отработка выполнения упражнений при помощи непрерывно-поточной круговой тренировки

Культурная практика: двигательная, игровая деятельность.

Цель: создание условий для развития интереса у детей дошкольного возраста к физическим упражнениям, формирование простейших умений ориентироваться в пространстве, двигаться в заданном направлении через сюжетное физкультурное занятие.

Задачи:

1.Обучающие задачи:

- 1.1.Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с выполнением заданий по музыку.
- 1.2.Совершенствовать умение ориентироваться в пространстве, двигаться в заданном направлении, в соответствии со знаками - указателями направления движения (вперед, назад, налево, направо и т. п.).
- 1.3.Упражнять детей в ориентировании «на себя» через двигательную деятельность.
- 1.4.Совершенствовать умение ходьбы по гимнастической скамейке приставным шагом с сохранением равновесия.
- 1.5.Формировать простейшие технико-тактические действия с мячом: забрасывание в напольную корзину.
- 1.6. Упражнять в пролезании в обруч закреплённый в гимнастические блоки.
- 1.7. Формировать умение работать самостоятельно с опорой на карточку помощницу.
- 1.8.Способствовать проявлению двигательных интересов средствами физической культуры и спорта.
- 1.9.Формировать опорно-двигательный аппарат и правильную осанку.

2.Оздоровительные задачи:

- 2.1. Развивать координацию движений, выносливость, быстроту, ловкость, ориентировку в пространстве, глазомер;
- 2.2. Развивать изящество (девочки), мышечную силу (мальчики).

3.Воспитательные задачи:

- 3.1. Воспитывать осознанное отношение к своему здоровью, формировать умение самоорганизации в двигательной деятельности;
- 3.2. Воспитывать умение действовать в коллективе, соотносить свои действия с правилами, действиями товарищей.

Планируемые результаты:

1. Отработка техники выполнения броска малого мяча в напольную корзину, техники ходьбы по гимнастической скамейке приставным шагом с сохранением равновесия, ползания на четвереньках через гимнастические блоки.
2. Формирование умения работать самостоятельно с опорой на схемы, карточки – помощницы.
3. Демонстрация умения сотрудничать с педагогами и сверстниками.
4. Отработка выполнения упражнений при помощи непрерывно-поточной круговой тренировки.

5. Формирование навыков здорового образа жизни.

Методы: Метод строго регламентированного упражнения, круговой метод переменного-непрерывного упражнения, игровой метод.

Предварительная работа:

- 6. Работа с методической литературой по теме занятия;
- 7. Подбор и запись аудио сопровождения,
- 8. Подбор спортивного инвентаря, для проведения занятия;
- 9. Создание условий для проведения занятия.

Обогащение РППС по теме занятия: изготовление карточек схем, карточек помощниц, карт маршрута, самолетика из бумаги, цветных кругов на стойки, изготовление нестандартного дидактического пособия Foot – корта.

Литература: 1. Степаненкова, Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка / учеб. Пособие / Э. Я. Степаненкова. – М. : Академия, 2001. – 366 с

2.Будинская П.П., Васюкова В.И., Лескова Г.П. Общеразвивающие упражнения в детском саду.- М., 1991 – 90с

3. Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду старшая группа детского сада. – М.: Просвещение, 2012. – 140 с.

Этап, его продолжительность	Задачи этапа	Деятельность педагога	Деятельность воспитанников
ВВОДНАЯ ЧАСТЬ			
1.Вводно-организационный этап. Мотивационно-побудительный момент.	Эмоциональная, психологическая и мотивационная подготовка учащихся к проведению занятия.	Построение. Проверка осанки. Приветствие. <i>В дверь залетает бумажный самолетик. Инструктор поднимает его, разворачивает.</i> - Ребята, кто это здесь шалит? Самолетики пускает. Пойдите – это послание! Интересно от кого? Здравствуйтесь ребята – это я Крош. У меня случилось одна маленькая неприятность, елки иголки. Я взял книгу о здоровье у своего друга ежика. И потерял её. А где, я даже не помню. Знаю только сначала шел налево, потом прямо, потом направо и назад. Помогите мне, пожалуйста. Я	Построение в шеренгу, приветствие.

		нарисовал карту, и оставил её у вас в зале, она поможет вам. -Ну что ребята поможем Крошу? -Давайте поищем карту.	Ответы детей. Ищут карту в зале.
2. Разминка	Организация направленного внимания. Функционально подготовить организм предстоящим нагрузкам.	Раз, два, три место в строю займи. Даёт команду: «Равняйся, смирно» Отправляемся в путь. «Направо, в обход зала шагом марш». Следит за осанкой. Звучит музыкальная игра Ходьба, руки в стороны. Выполнение наклонов влево, вправо. Подскоки. Наклоны вперед. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Ходьба полуприседом. Ходьба на пятках, руки за головой. Бег с разным положением рук. Упражнение на дыхание.	Построение в шеренгу Выполняют строевые упражнения. Передвигаются по залу колонной, соблюдают дистанцию, выполняя действия согласно музыкальному сопровождению.
ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ			
1.Общеразвивающие упражнения	Тренировка основных групп мышц	Спокойная ходьба. -Чтобы сил хватило на дорогу, разомнём мы руки, ноги. Девочки грациозные, а мальчики сильные. Поэтому мальчики берут гантели, девочки ленты. Перестроение в две колонны. <i>Комплекс о.р.у. с лентами и гантелями.</i> 1. «Потягивания». И.п. – основная стойка, руки внизу. 1- руки через стороны вверх, потянулись 2– и.п. 7-8 раз 2.«Поворот». И.п. – ноги на ширине плеч, руки в стороны.	Осознают и принимают поставленную задачу Выполняют упражнения. Спина прямая Руки прямые.

		<p>1 – левой рукой коснуться правой руки 2– и.п. 3– правой рукой коснуться левой руки 4– и.п.</p> <p>3. «Наклоны». И.п. – ноги на ширине плеч, руки внизу. 1– наклониться (девочки достают до пола, мальчики прогибаются вперед) 2– и.п.</p> <p>4.«Крестики». И.п. – стоя на коленях, руки в стороны. 1 – повернуться вправо, коснуться правой рукой левой ноги 2- и.п. 3– то же в другую сторону 4– и.п.</p> <p>5.«Достань головой до пола». И.п. – сидя, ноги врозь, руки на поясе. 1 – наклониться вперед, перевести руки через верх вперед, коснуться пола головой, как можно дальше 2– и.п. 7-8 раз</p> <p>6. «Дотянись». И.п. – лежа на спине, руки вытянуты за голову. 1 – махом поднять руки, мальчикам коснуться коленей, девочкам носочков 2– и.п. 7 раз</p> <p>7.«Поехали мальчики». И.п. – стоя, ноги вместе, гантели на полу, руки на поясе. 1-8 – катать гантели правой ногой 1-8 – левой ногой</p> <p>7.«Полетели девочки».</p>	<p>Спина прямая, подбородок высоко.</p> <p>Руки прямые.</p> <p>Ноги в коленях не сгибать.</p> <p>Спина прямая, держат равновесие.</p> <p>Ноги в коленях не сгибать</p> <p>Руки прямые</p> <p>Руки прямые</p> <p>Девочкам ноги в коленях не сгибать</p>
--	--	--	--

		<p>И.п. – стоя, ноги вместе, ленты в руках, руки на поясе. 1-8 – отвести правую ногу назад, носочек тянуть, руки в стороны. 1-8 – левую ногу.</p> <p>8. «Здравствуй, солнышко»</p> <p>И.п. – ноги на ширине плеч, руки за спиной опущены вниз. 1 – медленно поднять руки вверх, скользя по туловищу; руки шире плеч, голову поднять вверх – вдох . 2. Медленно вернуться в и.п. – выдох. 5 -6 раз. По сигналу перестроение в шеренгу. Уборка - Молодцы! Вот мы с вами энергией зарядились, готовы в карту заглянуть и продолжить путь.</p>	<p>Глубокий вдох носом</p> <p>Выдох ртом, не раздувая щеки. Убирают гантели и ленты на место</p>
2. Основные движения	<p>Формирование умений выполнять задания руководствуясь карточками. Закрепление ранее полученных навыков и умений, развитие физических качеств.</p>	<p>Даёт команду: «Равняйся, смирно» -Что бы нам быстрее книгу найти нужно на команды поделиться. Перестроение в три колонны. «Направо, в колонну по трое, шагом марш! -Куда дальше нам идти? Поможет Foot – корт направление определить. -Ребята, посмотрите, перед вами Foot – корт и схемы к цвету задания, с которого вы начнете. Что именно вам нужно будет сделать, вы узнаете из карточек – помощниц. Красный. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом с сохранением равновесия. Синий. Пролезание в обручи закрепленные в гимнастических блоках. Зеленый. Выполнение броска малого мяча с места в напольную корзину. (круговая тренировка по методу переменного-непрерывного упражнения, после выполнения упражнения, по сигналу ребята строятся в колонну и переходят к следующему заданию)</p>	<p>Мальчики помогают расставить оборудование для тренировки. Выполнение упражнений под присмотром инструктора.</p> <p>Мальчики помогают убрать оборудование</p>
3. Подвижные игры	<p>Снятие физического и эмоционального напряжения.</p>	<p><i>Под блоком находят книгу.</i> -Ура друзья, мы нашли книгу Ежика. Ну что друзья устали? А давайте немножко отдохнем и поиграем.</p>	<p>Принимают инструкцию педагога и следуют</p>

		Подвижная игра «Найди себе пару».	ей.
ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ			
1.Релаксация	Привести различные системы организма ребенка в спокойное состояние.	<p>Построение в круг.</p> <p>Дыхательная гимнастика «Здравствуй, солнышко!»</p> <p>И. п: - ноги на ширине плеч, руки за спиной опущены вниз. Медленно поднять руки вверх – вдох; опуская руки вниз, отводя их за спину, - медленный плавный выдох.</p> <p>Сели на пол, ноги в узелок, закрыли глаза и вспомнили, что же мы сегодня с вами делали?</p> <p>Игра малой подвижности «Здравствуй друг »</p> <p>- Крош не смог сам найти книгу, наверное он плохо знает лево и право, а ВЫ?</p> <p>Цель: закрепить представления детей о пространственном расположении частей тела с помощью зрения, тактильных ощущений.</p> <p>1.Положи левую руку на плечо друга, который находится слева от тебя.</p> <p>2.Погладь друга справа правой рукой по голове.</p> <p>3.Погладь животик друга слева правой рукой.</p> <p>4.Почеси спинку другу справа левой рукой.</p> <p>-Молодцы!</p>	<p>Глубокий вдох носом</p> <p>Выдох ртом, не раздувая щеки.</p> <p>Ответы детей</p> <p>Спина прямая</p> <p>Выполняют указания инструктора.</p>
2. Рефлексия	Подведение итогов ОД, обобщение полученного ребенком опыта.	<p>-Вот и подошло к концу наше испытание.</p> <p>- Как вы думаете, что помогло нам найти книгу и помочь Крошу?</p> <p>- Молодцы вы действительно ловкие, сильные, умелые и конечно же дружные.</p> <p>-Что вам больше всего понравилось?</p> <p>-Какие задания показались сложными, а какие не вызвали затруднения.</p> <p>-Построение, выход из зала.</p>	<p>Ответы детей.</p> <p>Оценивают процесс и результат своей деятельности.</p> <p>Определяют свое эмоциональное состояние на занятии.</p> <p>Колонной выходят из зала.</p>

Приложение № 5

Технологическая карта занятия по физическому развитию дошкольников.

Автор инструктор по физическому развитию Тетерина О.А.

Возрастная группа: 6-7лет.

Время проведения: 30 минут

Место проведения: спортивный зал

Количество детей: 12

мал. 6

дев. 6

Одежда: Спортивная футболка, шорты.

Обувь: лёгкие спортивные кроссовки.

Спортивный инвентарь: презентация, мультимедиа, цветомузыкальный лазер, музыкальное сопровождение, гимнастическое бревно, 8 дуг, 2 скамейки, гимнастический мостик, стэп-кейдж, фитболы по количеству детей, гимнастические блоки, 6 гимнастических палок, 6 обручей, 2 стойки для метания, вязанные малые мячи, 2 дорожки внимания, 1 foot – корт, 3 схемы, 4 гелиевых шара, 3 карточки с секретами.

Тема занятия: образовательная деятельность «Путешествие на Марс»

Культурно-смысловой контекст: повышать интерес к государственному празднику день космонавтики, познакомить с основными секретами ЗОЖ, учить не отказывать в помощи нуждающимся.

Культурная практика: двигательная, игровая деятельность.

Цель: Создание условий для развития интереса у детей дошкольного возраста к физическим упражнениям, отработка техники броска мяча в вертикальную цель через сюжетное физкультурное занятие.

Задачи:

1.Обучающие задачи:

- 1.1.Упражнять детей в ориентировании «на себя» через двигательную деятельность;
- 1.2.Совершенствовать двигательные навыки за счет повторения разных видов движений;
- 1.3. Формировать простейшие технико-тактические действия с мячом: метание в вертикальную цель;
- 1.4. Способствовать проявлению двигательных интересов средствами физической культуры и спорта;
- 1.5. Закреплять знания о Космосе, полученные ранее на занятиях в группе.

2. Оздоровительные задачи:

- 2.1. Развивать интерес к государственным праздникам, событиям нашей страны и всего мира;
- 2.2.Развивать координацию движений, выносливость, быстроту, ловкость, ориентировку в пространстве, глазомер;
- 2.3.Развивать образное и пространственное мышление, внимание, фантазию детей.

3. Воспитательные задачи:

- 3.1.Воспитывать осознанное отношение к своему здоровью, формировать умение самоорганизации в двигательной деятельности;
- 3.2.Воспитывать умение подчинять свою деятельность сознательно поставленной цели;

Планируемые результаты:

- 1.Отработка техники выполнения броска малого мяча в вертикальную цель, техники ходьбы по гимнастическому бревну, подлезания под дуги, ползания по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, ходьбы по мостику, перепрыгивания через препятствие на двух ногах вместе, перепрыгивание через перекладину, пролезание в обруч на гимнастических блоках;
2. Проявлять умение сотрудничать с педагогами и сверстниками;
3. Формирование навыков здорового образа жизни;
4. Закрепят знания о космосе.

Предварительная работа:

1. Работа с методической литературой по теме занятия.
2. Составление презентации.

3. Изготовление карточек.
4. Подбор и запись аудио сопровождения.
5. Подбор спортивного инвентаря, для проведения занятия.
6. Создание условий для проведения спортивного развлечения, оформление зала ко дню космонавтики.

Обогащение РПРС по теме занятия: изготовление карточек с секретами, изготовление нестандартного игрового пособия дорожка внимания.

Ссылка на видео занятия: <https://youtu.be/Xctuo6RisiQ>

- Литература:** 1. Степаненкова, Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка / учеб. Пособие / Э. Я. Степаненкова. – М. : Академия, 2001. – 366 с
2. Будицкая П.П., Васюкова В.И., Лескова Г.П. Общеразвивающие упражнения в детском саду.- М., 1991 – 90с
3. Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду в подготовительной к школе группе детского сада. – М.: Просвещение, 2012. – 140 с.

Этап, его продолжительность	Задачи этапа	Деятельность педагога	Деятельность воспитанников
ВВОДНАЯ ЧАСТЬ.			
1. Вводно-организационный этап. Мотивационно-побудительный момент.	Эмоциональная, психологическая и мотивационная подготовка учащихся к проведению занятия.	Построение. Проверка осанки. Приветствие. -В круг становись. Ноги в узелок, сели. А вы, знаете, что каждый год 12 апреля отмечает наша страна и весь мир? А скажите, почему именно 12 апреля, а не в какой-нибудь другой день? -Дело в том, что именно 12 апреля 1961 года, наш космонавт совершил первый в мире космический полет. А знаете ли вы, кто был первым человеком, побывавшим в космосе? -Правильно ребята, это был Юрий Гагарин. <i>Слайд №1</i>	Построение в шеренгу, приветствие. Перестроение в круг. Ответы детей

		<p>И мы сегодня с вами заглянем в космос. Космос – это бесконечный мир со множеством звезд и планет, и среди этих планет находится наша планета. Как она называется? <i>Слайд №2</i></p> <p>-Земля – это огромный шар, плывущий в бескрайнем просторе космоса и вращающийся вокруг Солнца. Вы знаете, что в бесконечном пространстве космоса существует множество планет, на которых возможно живут разумные существа, но они так от нас далеки, что мы пока не можем до них долететь.</p> <p>-Ребята, а какие планеты вы ещё знаете?</p> <p>(Ответы детей - Меркурий, Венера, Земля, Марс, Юпитер, Сатурн, Уран, Нептун, Плутон) <i>Слайд №3</i></p> <p><i>Вдруг звучит странный сигнал и на экране появляется марсианин, и говорит. Слайд №4</i></p> <p>Марсианин: Уважаемые жители планеты Земля, мы жители планеты Марс, обращаемся к вам с просьбой о помощи. Злобный Ворсианин украл секреты здоровья на нашей планете. И если не вернуть эти секреты нас ждет большая беда. Помогите.</p> <p>Ифк: Ребята, как вы думаете, сможем мы помочь нашим соседям по планете найти похищенные секреты здоровья планеты Марс?</p> <p>-Значит, нам надо отправиться в космос?</p> <p>- А все ли могут полететь в космос?</p> <p>-Каким должен быть космонавт?</p> <p>-Значит перед отправлением в космос нам нужно пройти спец. подготовку.</p> <p>Мальчики помогите подготовить полосу для прохождения спец. подготовки по изображению на экране. <i>Слайд №5</i></p>	<p>Ответы детей</p> <p>Ответы детей</p> <p>Мальчики расставляют инвентарь согласно фотографии на экране</p>
2.Разминка	Организация направленного внимания.	<p>- Команда в шеренгу становись, равняйся, смирно. Проверка осанки.</p> <p>Направо! На месте шагом марш. Вокруг зала шагом марш.</p>	<p>Выполняют строевые упражнения.</p> <p>Передвигаются по залу</p>

	<p>Функционально подготовить организм к предстоящим нагрузкам</p>	<p>1. Утро. Здравствуй космодром! На разминку мы идём! <i>(Ходьба вокруг зала)</i></p> <p>2. Солнце светит высоко, дотянуться нелегко! <i>(Ходьба на носках, руки вверх)</i></p> <p>3. Разрабатываем ловко марсианскую походку. <i>(Ходьба на пятках, руки на пояс)</i></p> <p>4. Равновесие держать, вверх колени поднимать. <i>(Ходьба высоко поднимая колени, носок тянуть вниз, руки в стороны)</i></p> <p>5. Подскочили и летим, в невесомости парим. <i>(Подскоки)</i></p> <p>6. Будем бегать быстро с вами, дружно двигая руками. <i>(Бег вокруг зала)</i></p> <p>7. А потом идём опять – начинаем отдыхать. <i>(Ходьба вокруг зала)</i></p> <p>8. Чтоб ещё спокойней стать – нужно правильно дышать! <i>(Восстановление дыхания)</i></p>	<p>колонной, выполняя команды педагога.</p> <p>Передвигаясь по залу, соблюдают дистанцию.</p> <p>Выполняют упражнения.</p> <p>Выполняют бег без задания</p> <p>Во время движения по кругу выполняют дыхательные упражнения.</p>
ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ			
<p>1.Общеразвивающие упражнения</p>	<p>Тренировка основных групп мышц</p>	<p>-Молодцы ребята, вот мы с вами и размялись, теперь можно приступать и к подготовке <i>(полоса препятствий)</i>. Ходьба по гимнастическому бревну.</p> <p>1.Подлезание под дуги.</p> <p>2.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками.</p> <p>3.Ходьба по гимнастическому мостику.</p> <p>4. Прыжки с использованием стэп-кейджа .</p> <p>Построение в шеренгу. Уборка оборудования.</p>	<p>Осознают и принимают поставленную задачу</p> <p>Мальчики убирают тяжелый инвентарь, девочки более</p>

		<p>-Молодцы, вы готовы к полету на Марс. Для этого сядем на капсулы для полета (фитболы) и возьмёмся за руки. Мы садимся в звездолет, Отправляемся в полет. Пристегнулись ловко, дружно, Запускаем наш мотор Полетели! <i>Гаснет свет, звучит космическая музыка, сверкают лазерные звездочки. Слайд №6</i></p>	<p>лёгкий.</p> <p>Пока ребята качаются на фитболах, расставляется оборудование для следующих заданий</p>
2. Основные движения	<p>Формирование умений слушать и руководствоваться указаниями взрослого. Закрепление ранее полученных навыков и умений, развитие физических качеств.</p>	<p>-Вот мы с вами и прилетели на планету Марс. <i>На экране появляется марсианин, и говорит. Слайд№7</i> Марсианин: Приветствую вас Земляне на нашей планете Марс, мы очень рады, что вы согласились нам помочь. Нам стало известно, что Злобный Ворсианин спрятал все секреты здоровья в цветочных сферах, которые вы сможете найти, преодолев сложные препятствия. Возьмите карты – схемы. Они вам помогут определить направление к этим цветочным сферам. <i>На полу перед командой лежит «Foot- корт», инструктор даёт первую карты – схему (красного воздушного шарика).</i> -Молодцы! Вот вы и определили место нахождения первого секрета здоровья планеты Марс. Но чтобы добраться до него вам нужно преодолеть препятствие. 1 задание. Гимнастические блоки. <i>Выполнив задание, ребята за веревку подтягивают висящий под потолком красный гелиевый шарик, на котором приклеен секрет здоровья.</i> -Молодцы! Какой первый секрет вы достали? -Ребята, а на нашей планете правильное питание – это залог</p>	<p>Один ребенок выполняет указания по схеме и определяет цвет сферы</p> <p>Ребята перепрыгивают через перекладину и пролезают в обруч поточным способом.</p>

		<p>здоровья? -Давайте определим место нахождения второго секрета. <i>Команда подходит к Foot - корту, инструктор даёт вторую карты – схему (синий воздушный шарика).</i> -Молодцы! Вот вы и определили место нахождения второго секрета здоровья планеты Марс. Но чтобы добраться до него вам нужно пройти дорожку внимания. 2 задание. Дорожка внимания. <i>Выполнив задание, ребята за веревку подтягивают висящий под потолком синий гелиевый шарик, на котором приклеен секрет здоровья.</i> -Молодцы! Какой второй секрет вы достали? -Ребята, а на нашей планете закаливание – это залог здоровья? -Давайте определим место нахождения третьего секрета. <i>Команда подходит к Foot - корту, инструктор даёт третью карты – схему(зеленый воздушный шарика).</i> -Злобный Ворсианиц разбросал космический мусор, чтобы мы не смогли добраться до последнего секрета. Наша задача скинуть весь этот мусор в черные дыры. 3 задание: Метание малого мяча в вертикальную цель. <i>Выполнив задание, ребята за веревку подтягивают висящий под потолком зелёный гелиевый шарик, на котором приклеен секрет здоровья.</i> -Молодцы! Какой третий секрет вы достали? -Ребята, а на нашей планете заниматься спортом полезно для здоровья? Марсианин: Большое спасибо вам Земляне за помощь, теперь наша планета в безопасности. За то, что вы нам помогли, мы готовы поделиться с вами нашими секретами здоровья. <i>Слайд№8</i></p>	<p>Ответ детей. Правильное питание Второй ребенок выполняет указания по схеме и определяет цвет сферы Ребята продвигаются по дорожке ставя руки и ноги на нужные отпечатки. Ответ детей. Закаливание Третий ребенок выполняет указания по схеме и определяет цвет сферы Повторяем технику броска мяча в вертикальную цель (принятие правильной стойки, замаха, броска) Выполняют метание. Ответ детей. Заниматься</p>
--	--	--	--

	<p>обобщение полученного ребенком опыта.</p>	<p>-А как вы думаете, что помогло нам справиться со всеми заданиями и вернуть похищенные секреты? (Мы были смелыми, ловкими, меткими, сильными и дружными) -Вы большие молодцы, не забывайте, что всегда нужно помогать тому, кому нужна ваша помощь. -До свидания, до новых путешествий! <i>Уход детей из зала</i></p>	<p>Ответы детей. Оценивают процесс и результат своей деятельности, отвечают на вопросы. Колонной выходят из зала.</p>
--	--	--	---

Фото фрагменты занятия «Путешествие на Марс»







греть (к)

Сценарий спортивного праздника по физическому развитию дошкольников.

Автор инструктор по физическому развитию Тетерина О.А.

Возрастная группа: 4-7лет.

Время проведения: 30 - 35 минут

Место проведения: спортивный зал

Количество детей: 20

мал. 12

дев. 8

Одежда: Тельняшки, шорты.

Обувь: лёгкие спортивные кроссовки.

Спортивный инвентарь: музыкальное сопровождение, презентация, султанчики для болельщиц, 2 флага разрезанных на 6 частей с названием корабля, 2 листа, клей, видео танец <http://mdou113lip.ru/index.php?id=390>, 2 конуса, 2 гимнастические палки-моталки с якорем, 2 швабры, 2 кубика, 2 кольцеброса, кольца по количеству участников, 2 туннеля, 2 пальма, муляжи бананов, 2 противогаза, медицинские маски по количеству участников, игрушки животных по количеству участников, 2 очков для ныряния, болты по количеству участников, леска с прищепкой для флага, воздушные шарик по количеству участников

Тема занятия: физкультурно – спортивный праздник «Морское путешествие»

Культурно-смысловой контекст: повышать интерес к государственному празднику дню Защитника отечества, формировать здоровый азарт, соревновательные качества, чувство взаимовыручки, умение укрощать свои эмоции, подчинять свои интересы интересам команды.

Культурная практика: двигательная, игровая - соревновательная деятельность

Цель: Создание условий для развития физических и познавательных способностей детей в процессе игрового взаимодействия.

Задачи:

1. Обучающие задачи:

- 1.1. Уточнить знания детей об особенностях военной морской службы;
- 1.3. Закреплять умение преодолевать препятствия, упражнять в ползание, беге.

2. Оздоровительные задачи:

- 2.1. Развивать способность ориентироваться в пространстве, развивать самостоятельность и инициативность.
- 2.2. Развивать физические качества: выносливость, скорость, силу, координацию движений, меткость, ориентировку в пространстве.
- 2.3. Развивать нравственные качества: самостоятельность, дисциплину, взаимопомощь, дружбу.

3. Воспитательная задача:

- 3.1. Воспитывать патриотические чувства, чувства командного духа.
- 3.2. Воспитывать здоровый азарт, соревновательные качества, чувство взаимовыручки, умение укрощать свои эмоции, подчинять свои интересы интересам команды.

Планируемые результаты:

1. Иметь представление о морской службе;
2. Расширение кругозора, уточнение представлений о Российской флоте и о защитниках отечества;
3. Демонстрация умения сотрудничать с педагогами, сверстниками;
4. Формирование навыков здорового образа жизни.

Предварительная работа:

1. Создание группы по подготовке и проведению спортивного развлечения.
2. Изготовление кораблей, оформление зала в морском стиле.
3. Формирование отрядов из детей с назначением командиров, разучивание названий и девизов кораблей.
4. Планирование воспитателями занятий на морскую тематику, знакомство с художественными произведениями.
5. Подготовка спортивного оборудования для проведения развлечения.

Обогащение РППС по теме занятия: изготовление флагов, кораблей, игрового пособия моталок с якорями, пальм, муляжей бананов.

- Литература:** 1. Степаненкова, Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка [Текст] : учеб. пособие / Э. Я. Степаненкова. - М. : Академия, 2001. - 366 с
2. Андреева Н.Н. "Весёлые старты". Физическая культура»,-2017. №2- с.54.

Ход праздника.

Под музыку дети заходят в зал, девочки – болельщицы садятся по краям зала, мальчики строятся в шеренгу рядом со своими кораблями.

Ифк. Ребята, как вы думаете, какой праздник приближается?

- А какими должны быть защитники? (Ответ детей)

Тогда я предлагаю вам отправиться сегодня в увлекательное морское путешествие и проявить все свои умения. Нас ждут впереди неизведанные острова, невероятные приключения и необычные испытания! В путешествии примут участие команды двух кораблей, за каждое пройденное испытание команда получает часть своего флага, и та команда, которая первая поднимет свой флаг, выиграет.

Итак, начнем!!!

-Свистать всех наверх!!!

Приветствие команд (команды выстраиваются, озвучивают свои названия и девизы).

Девиз команды корабля «Смелый»

«Смелый» не зря наш корабль зовётся,

Кто на борту – тот удачи добьётся!

И бури, и грозы – нам всё ни по чём,

Вперёд мы бесстрашно к победе огггшидём!

Девиз команды корабля «Отважный»

Мы – моряки корабля «Отважный».

Этот бой нам очень важный!

Только вперёд! Ни мили назад!

Мы знаем, не дрогнет никто из ребят!

Ифк. И так, перед долгим путешествием я предлагаю вам размяться. Сейчас я буду давать вам команды, а вы повторяйте за мной с добавлением слова «есть». Готовы? (да...)

1. Приготовиться к отплытию (хлопок по колену).

вместе с детьми: **есть** приготовиться к отплытию, хлопают себе по колену...и т.д.

2. Контакт (кисть собрана в кулак, большой палец вверх).

3. Проверить сиденья (поерзали на стуле).
4. Проверить шлюпки (потопали).
5. Проверить вёсла (подвигали согнутыми локтями).
6. Проверить локаторы (потерли уши).
7. Проверить бинокли (потерли глаза).
8. Проверить кислородные баллончики (потерли нос).
9. Проверить бортовой компас (потрогали голову).
10. Приготовиться к запуску мотора (вращаем кисти).
11. На счет 2 скажем дружно мы «ура!!!»

Теперь я думаю, нашим экипажам можно отправляться в море.

Звучит фонограмма шума моря.

-Проверить наличие экипажа (руки на плечи друг другу).

Мальчики проходят на свои корабли

Ифк. Но прежде, чем нам отправиться нужно поднять якорь.

1 испытание: «Поднять якорь» (на экране изображения якоря).

К гимнастической палке на ленте прикреплён якорь, по 2 человека с каждой команды должны намотать ленту на палку.

2 испытание: «Помыть палубу»

Тот, кто хочет стать матросом

Любит чистоту и труд!

Чистить палубу не просто-

Мы же справимся и тут!

Команды выстраиваются в колонну у линии старта. Первым игрокам даётся швабра и кубик. Нужно толкать шваброй кубик вокруг конуса. Передать второму игроку.

Ифк. Внимание! У нас заканчиваются припасы, нам нужно их пополнить. Для этого нам нужно пристать к берегу необитаемого острова, но, чтобы наши корабли не унесло в открытый океан, нам их нужно пришвартовать. Для этого на каждой палубе есть кнехт.

-Кнехтами называются тумбы из чугуна. Они установлены на палубе и служат для крепления любых видов швартовых тросов.

3 испытание: «Пришвартоваться» *(на экране изображение кнехта)*

У каждого мальчика кольцо. На расстоянии 1,5-2 метра дети по очереди закидывают кольца на кольцеброс. Пришвартовывают корабль.

Ифк. Ну вот мы на острове, теперь нужно найти припасы.

4 испытание: «За припасами» *(на экране джунгли)*

Участникам команд нужно проползти через туннель, до пальм и сорвать банан.

Ифк. Ребята. На острове пожар нам необходимо спасти животных.

5 испытание «Спасение животных» *(на экране пожар)*

Команды выстраиваются в колонну у линии старта. Первым игрокам даётся противогаз. В противогазе бегут до линий за которой лежат игрушки животных. Берет одну и возвращаются к команде, передают противогаз следующему участнику.

Ифк. Пока мы спасали животных наши корабли сломались.

6 испытание «Ремонт корабля» *(на экране корабль на волнах)*

Команды выстраиваются в колонну у линии старта. Первым игрокам даются очки для ныряния. Необходимо подбежать к линии, одеть затемнённые очки и на ощупь найти среди предметов болты для корабля. Снимают очки, бегут к команде и передают очки следующим участникам.

Ифк. Вот и отремонтировали корабли, можно и отдохнуть. За каждый конкурс команды получали кусочки флага и у нас есть отстающая команда, болельщицы могут своим командам помощь получить не достающий элемент флага.

Загадки для болельщиц.

1. Он под водой умеет ходить,

С рыбами может играть и дружить.

Воздух по шлангу к нему поступает,

Смело по дну, как по суше шагает.... (водолаз)

2. Эта рыба — хищник злой,

Всех проглотит с головой.

Зубы, показав, зевнула

И ушла на дно... (акула)

3. Плаваю на корабле,

Иногда лежу на дне,

На цепи корабль держу, судно в море сторожу,

Чтобы ветер не угнал,

На волнах лишь покачал. ... (Якорь)

4. Без конца и края Лужа

Не страшна ей злая стужа.

В Луже ходят корабли,

Далеко им до земли..... (Море)

7 испытание: «Поднять флаг» (на экране развивается Андреевский флаг)

Команды приклеивают фрагменты своих флагов на листы и поднимают их вверх.

8 испытание: «Морской бой»

Зал поделён на две части. Ребята встают друг против друга. Каждой команде выдаются воздушные шарики по количеству участников.

По команде «пли», участники боя перекидывают шарики на поле противника пока играет музыка. Как только музыка остановилась, перекидывать шарики, нельзя. Выигрывает та команда, на территории которой меньше воздушных шариков.

Ифк: Вы справились со всеми заданиями, преодолели все препятствия, потому что были дружными, отважными, веселыми! Я желаю вам всегда оставаться такими! И предлагаю станцевать морской танец «А рыбы в море плаваю вот так» Награждение.

Фото фрагменты спортивного праздника «Морское путешествие»





Сценарий спортивного праздника по физическому развитию дошкольников.

Автор инструктор по физическому развитию Тетерина О.А.

Возрастная группа: 6 – 7 лет.

Время проведения: 30 - 35 минут

Место проведения: спортивный зал

Количество детей: 36

мал. 16

дев.20

Одежда: красные и белые футболки, шорты.

Обувь: лёгкие спортивные кроссовки.

Спортивный инвентарь: аудиозаписи японских композиций, музыкальный центр, полотна ткани красного и белого

цветов, ободки для болельщиков, ленты для болельщиков, султанчики для группы поддержки, конусы, 2 тканевых носилок, 2 больших мячи для фитнеса, 2 гимнастические палки, канат, 2 туннеля, 2 обруча, 16 мешочков для метания, 16 шариков на метровой тесьме, 2 корзинки, 60 воздушных шариков, кубок, грамоты.

Тема занятия: физкультурно – спортивный праздник «Ундокай – спортивный праздник страны восходящего солнца»

Культурно-смысловой контекст: повышать интерес к соседней стране, её традиционному спортивному празднику, формировать здоровый азарт, соревновательные качества, чувство взаимовыручки, умение укрощать свои эмоции, подчинять свои интересы интересам команды.

Культурная практика: двигательная, игровая - соревновательная деятельность

Цель: Создание условий для ознакомления детей старшего дошкольного возраста с традиционным японским спортивным праздником «Ундокай» в процессе двигательной и познавательной деятельности.

Задачи:

1. Обучающие задачи:

- 1.1. Способствовать проявлению двигательных интересов средствами физической культуры и спорта.
- 1.2. Формировать заинтересованное и уважительное отношение к культуре соседней страны.

2. Оздоровительные задачи:

- 2.1. Развивать творческие двигательные способности детей.
- 2.2. Развитие физических (ловкость, быстрота реакции, координационная способность) и психических (воля, целеустремленность, самоконтроль) качеств.

3. Воспитательные задачи:

- 3.1. Воспитывать чувства дружелюбности и толерантности.

Планируемые результаты:

1. Иметь представление о традиционном спортивном празднике Японии;
2. Расширение кругозора, уточнение представлений об окружающем мире;
3. Проявление уважительного отношения к традициям разных народов;
4. Демонстрация умения сотрудничать с педагогами и сверстниками;
5. Формирование навыков здорового образа жизни.

Предварительная работа:

1. Беседа и просмотр презентации о стране соседе Японии и её традиционном спортивном празднике.
2. Изготовление из бумаги эмблем для участников и повязок вокруг лба для болельщиков, а так же изготовление султанчиков для группы поддержки.
3. Подготовка и изготовление инвентаря.
4. Разучивание «кричалок», спортивного танца для чирлидерш.
5. Отбор игроков в команду для участия в эстафетах от каждой группы.

Обогащение РПС по теме занятия: изготовление тканевых носилок для переноса фитбола, ободков для болельщиков, султанчиков для чирлидерш.

Литература: 1. Степаненкова, Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка [Текст] : учеб. пособие / Э. Я. Степаненкова. - М. : Академия, 2001. - 366 с

2. Андреева Н.Н. "Весёлые старты". Физическая культура»,-2017. №2- с.54.

3. Инструктор по физкультуре в детском дошкольном учреждении, №4, 2016 (май). - М.: Сфера, 2015. - 128 с.

Ход праздника.

(Под звуки японской музыки дети – болельщики, родители входят в зал и садятся на места.)

Инструктор: Мы путешествие начинаем,

Дружить со всеми предлагаем!

Как дружат солнце и весна –

Так наша дивная страна!

Испокон веков в народных соревнованиях ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представление о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью и красотой движений, проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю и стремление к победе. Сегодня мы совершим путешествие в страны восходящего солнца – Японию. Попытаемся проявить всю свою смекалку и ловкость в традиционном спортивном празднике Японии – Ундокай.

Встречайте команды!

(Под медленную мелодию под белым полотном ткани выходят парами участники белой команды и девочки – чирлидерши. Мальчики остаются за тканью, девочки выходят и под энергичную мелодию исполняют танец с султанчиками. После танца громко скандируют кричалку. Под звук барабанов из - под ткани выбегают участники команды, делают круг почета и выстраиваются на своей линии. Все вместе кричат название своей команды. Затем садятся на заранее подготовленные места. Тоже самое выполняют участники красной команды)

Кричалка красных – За красных, за красных,

Болеем мы за красных!
Этот танец наш для вас!
Покажите просто класс!

Кричалка белых – Белые, белые!

Быстрые и смелые!
Мы пришли вас поддержать!
Начинайте побеждать!

Название красной команды – Цуёку (Полная мощь)

Название белой команды – Абунай (Берегись опасно)

Инструктор: А сейчас мне хотелось бы пригласить участников клуба каратэ киокусинкай, которые представят вашему вниманию ката.

Инструктор: Пусть жюри весь ход сраженья

Без промашки проследит

Кто окажется дружнее,

Тот в бою и победит.

Представление жюри. _____

Перед началом соревнований нам нужно вспомнить правила, которые никогда не должны нарушаться игроками.

1. Каждая команда соревнуется честно.
2. За неспортивное поведение снимают балл с команды.
3. За неполное или неправильное выполнение задания снимают балл с команды.
4. За плохое поведение болельщиков, снимают балл с команды, за которую они болеют.

Да победит сильнейший!

1 испытание: (2 носилок, 2 мяча)

На тканевых носилках держа за 4 угла необходимо перенести большой мяч для фитнеса, огибая конус передать носилки следующим участникам не уронив мяч.

2 испытание: (2 гимнастические палки)

Первый участник с гимнастической палкой в руках бежит вокруг конуса, подбегает ко второму участнику вместе берутся за гимнастическую палку и вместе бегут вокруг конуса и так далее. Важно что бы ни один участник во время бега не отцеплялся от палки.

3 испытание: (2 туннеля, 2 обруча, 16 мешочков для метания)

У каждого участника в руке мешочек для метания. Перед каждой командой туннель. Участнику необходимо с мешочком в руке проползти через туннель встать у линии для метания мешочка в обруч на расстоянии 4 шагов.

Инструктор: Пока участники готовятся к следующему испытанию мы приглашаем группы поддержки – чирлидерши. (повторяют свои кричалки)

4 испытание: (16 воздушных шаров на метровой нитке)

Пройти дистанцию с шариком, привязанным метровой ниткой к щиколотке ноги.

5 испытание: (канат)

Перетягивание каната.

Инструктор: Ну и в завершении нашего путешествия в страну восходящего солнца – Японию, я предлагаю в последнем испытании принять участие всем смелым, ловким и бесстрашным.

6 испытание: (60 воздушных шариков, 2 корзины)

Необходимо сесть на воздушный шарик, лопнуть его, а пуцку (хвостик от шарика) унести в корзинку своей команды. Выигрывает та команда, которая больше набрала пуцек.

Инструктор: Слово предоставляется нашему справедливому и мудрому жюри.

Награждение победителей кубком и грамотами

Закрытие.

Мы лучшее из разных стран берём,

И Ундокай тому наш подтвержденье!

И долго помнить будем мы о нём,

И ожидать встреч новых с нетерпением!

Вот и закончился наш спортивный праздник и пусть мир движений и дальше дарит вам бодрость, здоровье, счастье повседневного общения с физической культурой и спортом. До новых встреч, друзья!

(Под звуки японской музыки дети – болельщики, выходят из зала)

Фото фрагменты спортивного праздника «Ундокай»









Сценарий спортивного праздника по физическому развитию дошкольников.

Автор инструктор по физическому развитию Тетерина О.А.

Возрастная группа: 4-7лет.

Время проведения: 30 - 35 минут

Место проведения: спортивный зал

Количество детей: 20

мал. 12

дев. 8

Одежда: футболки двух цветов, шорты, девочки сарафаны

Обувь: лёгкие спортивные кроссовки.

Спортивный инвентарь: : Музыкальное сопровождение, 4 конуса, 2 пушки на веревочке, 2 корзины с пластиковыми мячиками, 2 обруча, 2 гимнастических палки с привязанными ведрами на концах, 2 копья, кони на палках, кольца по количеству участников, 2 конуса с гимнастическими палками (кольцеброс), 2 длинные полосы из ткани, 2 стульчика, макет Змея Горыныча с отверстием в животе, вязанные мячи в корзине по количеству участников, Веревки (от скакалок) по количеству девочек, 2 скамейки, 6 мягких модулей, 6 дуг, канат, 18 мечей. Грамоты.

Тема занятия: физкультурно – спортивный праздник «Богатыри земли русской»

Культурно-смысловой контекст: повышать интерес к государственному празднику дню Защитника отечества, вызвать интерес к жизни людей в древней Руси, формировать здоровый азарт, соревновательные качества, чувство взаимовыручки, умение укрощать свои эмоции, подчинять свои интересы интересам команды.

Культурная практика: двигательная, игровая - соревновательная деятельность.

Цель: Создание условий для развития физических и познавательных способностей детей в процессе игрового взаимодействия.

Задачи:

1. Обучающие задачи:

1.1.Формировать у мальчиков стремление быть сильными, смелыми, стать защитниками Отечества, а также формировать интерес к прошлому своей Родины.

1.2. Закреплять умение преодолевать препятствия, упражнять в ползании, беге, метании малого меча в вертикальную цель.

1.3.Укреплять здоровье детей, развивать двигательную активность.

2. Оздоровительные задачи:

2.1. Развивать физические качества: выносливость, скорость, силу, координацию движений, меткость, ориентировку в пространстве.

2.2.Развивать нравственные качества: самостоятельность, дисциплину, взаимопомощь, дружбу.

3. Воспитательные задачи:

3.1. Воспитывать у дошкольников патриотические чувства.

3.2. Воспитывать у девочек уважение к мальчикам как будущим защитникам Отечества.

Планируемые результаты:

1.Иметь представление о службе на Руси;

2.Расширение кругозора, уточнение представлений о русских богатырях и о защитниках отечества;

3.Демонстрация умения сотрудничать с педагогами, сверстниками и родителями;

4.Формирование навыков здорового образа жизни.

Предварительная работа:

1. Создание группы по подготовке и проведению спортивного развлечения.

2.Изготовление оборудования для проведения праздника, оформление зала.

3. Формирование дружин из детей, разучивание названий и девизов дружины.

4. Планирование воспитателями занятий по теме праздника, знакомство с художественными произведениями.

5. Подготовка спортивного оборудования для проведения развлечения.

Обогащение РППС по теме занятия: изготовление макета древнерусских пушек, коромысел, копьев, тканевых дорожек, макета Змея Горыныча, Алёши Поповича, Ильи Муромца.

- Литература:** 1. Казина, О. Б. Веселая физкультура для детей и их родителей. Занятия, развлечения, праздники, походы: моногр. / О.Б. Казина. - М.: ВКТ, Академия Развития, 2008. - 144 с.
2. Колдина, Д. Н. Подвижные игры и упражнения с детьми 1-3 лет / Д.Н. Колдина. - М.: Мозаика-Синтез, 2016. - 112 с.
3. Организация спортивного досуга дошкольников 4-7 лет. - М.: Учитель, 2011. - 136 с.

Ход праздника.

Папы сидят в зале. Предварительно мальчики и девочки поделены на две команды. У каждой команды мальчиков свой цвет футболок, шорты или спортивное трико, спортивная обувь. Девочки в сарафанах?!

Под музыку Стаса Намина «Богатырская сила» дети входят в зал девочки садятся на стульчики, мальчики на скамейки

Ифк: здравствуйте дорогие гости! Мы собрались сегодня, чтобы в этот февральский день поздравить наших пап и мальчиков с Днём Защитника Отечества.

Слава нашей стороне. Слава русской старине!

И про эту старину я рассказывать начну,

Чтобы люди знать могли о делах родной земли.

В давние времена из-за высоких холмов, из-за широких степей на Русь налетало много кочевников «басурманов» - жгли дома и посевы, грабили и уводили людей в плен. И решили русичи создать заставы с дружинами богатырскими, чтобы сберечь от врага землю русскую. Много ратных подвигов на счету богатырей.

Вот и наши мальчики уже подросли и стали сильными и смелыми. Ну чем не богатыри? Предлагаю сегодня в честь всех славных защитников Родины устроить богатырские состязания.

Входит Воевода (под песню «Богатырская сила»):

Воевода: принёс мне вольный ветер весть,

Что добры молодцы у вас есть!

А я, воевода, собираю дружину славную. Не каждому в ней найдется

место, а только самым сильным, смелым и выносливым. Вот мы сегодня с вами проведём турнир богатырский, чтобы вспомнить про удаль, да про честь богатырскую - ведь веками не меркнет слава русская. А в турнире у нас будут участвовать две дружина богатырские: «Дружина Ильи Муромца» и «Дружина Алёши Поповича».

И вам поклон низкий, девицы-красавицы. Помогать будете богатырям русским в деле их нелегком. Пришел я не один, а с богатырями, проверенными временем. Может, что вам подскажут, чему научат аль и показать смогут (*показывает на пан*)

ИФК: чтобы показали богатыри наши всю удаль свою воеводе, встанем - ка, да разомнёмся перед состязанием серьёзным.

Разминка «Богатырей».

Команды строятся в две колонны для выполнения заданий

Воевода: Дело то мы, серьёзное, да важное затеяли. Буду судить по всей строгости и, по справедливости. За каждое задание буду меч кладенец команде вручать. И как полагается, турнир богатырский откроем девизами звонкими про удаль нашу русскую, а девицы-красавицы кричалки проголосят да поднимут дух боевой наших молодцев.

Девиз команды Алёши Поповича

Только вперёд, ни шагу назад,
Для нашей дружины нету преград!
Вместе мы сможем всех победить,
Знаем, что нас никому не сломать!

Девиз команды Ильи Муромца

Нету отважнее богатырей,
Нет никого нас быстрее и смелей!
Мощь богатырскую, силу и стать
Сможем сегодня мы вам показать!

Кричалки для девиц-красавиц:

Вы дружина хоть куда,
Сильные, умелые, быстрые и смелые.

Были есть и будут у нас богатыри!
Сильные и ловкие они по всей Руси!

ИФК: итак, мы начинаем! Первое задание на силу. Нужно пушку перекатить, показать свою богатырскую силу.

1 конкурс для мальчиков «Пушка»

2 конуса, 2 пушки на веревочке.

Команды выстраиваются в колонны, по очереди ребята катят пушку за веревочку вокруг конуса и обратно, передают веревочку и встают в конец колонны.

Воевода: вижу, действительно сильны, получите мечи. А вот дружны ли вы, покажет второе испытание. Пушку надо зарядить ядрами.

2 конкурс для мальчиков и пап «Ядро для пушки»

2 корзины с пластиковыми мячиками, 2 пушки, 2 обруча.

ИФК: нужно построиться на расстоянии вытянутых рук от корзины с ядрами до пушки, которую нужно зарядить. Игрок берет из корзины ядро (мяч) и передаёт его по цепочке, богатырь, стоящий у пушки, заряжает её. Выигрывает дружина, которая быстрее передаст все ядра.

Воевода: действительно дружны, держи свои мечи.

Мальчики садятся на скамейки.

А сейчас продемонстрируют свою силу богатыри папы.

3 конкурс для пап: «Силачи»

10 воздушных шаров по два на каждого папу.

ИФК: нужно построится в шеренгу на расстоянии вытянутых рук. На каждой ладошке папам нужно поднять воздушные шары наибольшее количество раз. У кого шарик упал, выходит из состязания.

Воевода: Красны девицы без дела не сидели, хлеба пекли, холсты ткали, за водицей студеной ходили, да полны ведра на коромысле носили. Тяжело было бы богатырю без поддержки девичьей, да слова ласкового. Богатыри пусть отдохнут, а красны девицы покажут какие они хорошие хозяйшкы да водой ключевой богатырей угостят.

4 конкурс для девочек «Принеси воду на коромысле»

2 гимнастических палки с привязанными ведрами на концах, 2 конуса.

ИФК: девочки встают в две команды. Надо пронести коромысло с ведрами вокруг конуса, передать следующей участнице и встать в конец строя.

Воевода: Молодцы, юные хозяйшкы, для защитников своих заработали меч

Воевода: традиционно на Руси богатыри удаль свою да в поединке тренировали, копьё на дальность метали. Так и мы начнем состязания наши. На противоборство приглашаются по два поединщика богатыря от каждой дружины.

5 конкурс для мальчиков «Метание копья»

2 копья.

Мальчики выходят к линии старта по одному из команды и метают копьё на дальность. Тот, кто дальше метнёт зарабатывает очко для своей дружины. Какая команда наберет больше очков получает меч.

Воевода: настоящие богатыри, таких действительно можно в дружину брать. Но не все испытания еще преодолели удальцы. Сейчас посмотрим, как наши молодцы умеют держаться в седле. У каждого богатыря должен быть верный друг, конь богатырский. Не оставит он седока своего в беде, да и богатырь коня не обидит.

6 конкурс для мальчиков и пап «Скачки»

Кони на палках, кольца по количеству участников, 2 конуса с гимнастическими палками (кольцеброс).

ИФК: Каждый наездник должен на скаку поднять одно кольцо и закинуть его на гимнастическую палку. Выиграет команда, которая соберет все кольца, забросит их и выполнит это быстрее.

Воевода: Такие наездники нам точно в дружину нужны, держите мечи. Засиделись наши папы - богатыри, пришло время удаль свою показать.

7 конкурс для пап: «Отдай честь»

ИФК: Папы становятся в ряд. Одной рукой необходимо отдавать честь, а другую руку - вытянуть и поднять большой палец вверх. Под счет руки нужно поменять. Делать это нужно быстро, не сбиваться. Кто сбился, тот выбывает из конкурса.

Воевода: пришло время девицам красавицам себя показать, умеют ли они в избе прибрать.

8 конкурс для девочек «Собери дорожку»

2 длинные полосы из ткани, 2 стульчика.

ИФК: По очереди девочки выходят по одной из каждой команды и садятся на стульчик. Перед каждой участницей лежит длинная дорожка. Надо быстро перебирать ногами по дорожке и собрать её.

Воевода: вот это хозяйюшки, вот это умницы.

Воевода: ну что ж, не один раз приходилось мне бороться с нечистой силой и с Кошем Бессмертным. Значит, пора Вам серьёзное испытание пройти. Самого главного злодея одолеть Змея Горыныча! Угрожал он наших красавиц похитить.

(Пока мальчики сражаются со Змеем Горынычем, девочек обвязываем веревкой)

9 конкурс для мальчиков «Победи Змея Горыныча»

Макет Змея Горыныча с отверстием в животе, вязанные мячи в корзине по количеству участников, 2 конуса.

ИФК: участники по очереди подходят к линии и выполняют бросок мяча в Змея Горыныча. Нужно кидать в живот, команда, которая попала больше количества раз выигрывает.

Воевода: Молодцы, справились вы с злодеем, но всё-таки успел он наших красавиц пленить. Вот вам и последнее очень важное испытание.

9 конкурс для пап «Не брось друга»

2 плаща, 2 конуса.

ИФК: Папы по очереди должны вынести с поля боя раненого бойца на плаще.

9 конкурс для мальчиков и девочек «Спасение красавиц»

Веревки (от скакалок) по количеству девочек, 2 скамейки, 6 мягких модулей, 6 дуг, 4 конуса

ИФК: девочки связанные стоят с одной стороны зала, а мальчики с другой стороны зала. Мальчики по очереди должны пройти по мостику (скамейка), перепрыгнуть через валуны (модули), проползти под упавшими деревьями (дуги), развязать девочку и за ручку вернуться по краю зала в конец строя.

Воевода: Я вами горжусь! Я спокоен за Россию – ведь у неё подрастают такие замечательные защитники страны. А служить своей стране – это самая большая честь!

А сейчас, Богатыри, за канат возьмитесь и своей великой силой народу похвалитесь!

10 конкурс для мальчиков и пап «Перетягивание каната»

Команды встают колоннами к линии, берутся за концы каната и по сигналу начинают тянуть его каждая в свою сторону.

ИФК: пришло время проверить, что же вы знаете про Русь великую

Игра «Да- нет»

Наша Родина сильнада.

И у нас она одна.....да.

На Руси богатыри есть.....да.

Им всегда хвала и честь.....да.

Илья Муромец геройда.

Он был самый молодой.....нет.

Соловья он победил.....да.

Из автомата подстрелил.....нет.

Алёша Попович тоже герой.....да.

Он сильный, смелый, молодой.....да.

Он в Киеве граде дружинником был.....да

Карабаса в бою победил.....нет.

На танках боролись богатыри с врагом.....нет.

Они воевали с мечом и копьём.....да.

Добрыня Никитич был слабым и хилым.....нет.

Он змея сумел победить своей силой.....да.

Гордимся мы нашими богатырями.....да.

Хотим ли быть такими же сами.....да.

Воевода: вот и подошли к концу наши состязания. Показали вы нам свою силушку богатырскую, свою удасть молодецкую. Не перевелись еще богатыри на земле Русской! Желаем преумножить силу свою, волю и мужество, ибо всем вам предстоит стоять на страже Отечества.

ИФК: пришло время итоги подвести и победителей наградить. *Награждение грамотами*

Фото фрагмент спортивного занятия «Богатыри земли русской»





