государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение

Ростовской области

«Зерноградский педагогический колледж»

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА**

**образовательной деятельности в области физическая культура**

**физкультурное занятие**

проведенного в средней группе

МБДОУ д/с «Сказка» г. Зернограда

студенткой ГБПОУ РО «Зерн ПК»

**Мозоль Еленой Сергеевной**

Воспитатель:

Методист: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

*(подпись)*

Зерноград

2019

**Средняя группа (4-5 лет)**

**Цель:** обеспечить бодрое и радостное настроение детей

**Программные задачи:**

**Непосредственная образовательная деятельность:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Этапы деятельности** | **Деятельность педагога** | **Деятельность детей** | **Организация детей на занятии** | **Методы и приемы обучения** |
| 1**.Вводная часть**  | Построение в 1 шеренгу. Приветствие: «Здравствуйте дети! Меня зовут Елена Сергеевна!»-К нам в детский сад пришло письмо,Очень странное оно?!Хотите узнать, кто прислал вам привет?-Угадайте.*Зёрна в норку собирает.**От котов злых убегает.Всех пугается малышка,Эта маленькая…(Мышка)***Одеть маску****-**Привет, друзья, из леса!Я на опушке леса очень жду,Когда ко мне играть придутДевочки и мальчики –Ловкие, как мышки.Приходите поскорей,Очень жду своих друзей.-Пойдем в лес.Перестроение в 1 колонну поворотом направо переступанием.-Ходьба обычная (10 сек)-Ходьба на носках-«мыши»(10 сек)-Ходьба на пятках-«медвежата»(10 сек)-Бег обычный (15-20 сек)-Ходьба обычная (10 сек)гостям.Построение в рассыпную по всему залу. ***Дыхательное упражнение*****«ВЫРАСТИ БОЛЬШОЙ»**И.п. ноги вместе, 1-поднять руки вверх, хорошо потянуться, подняться на носки—вдох, 2-опустить руки-вниз, опуститься на всю ступню — выдох. -Выдыхая, произносить «у-у-у-у-х». | Дети по команде строятся в шеренгу,здороваются,перестраиваются в колонну, выполняют различные виды бега и ходьбы, строятся в две колонны.  | Фронтальный способ | Словесный,(похвала,команды):«В 1 шеренгу становись!»,«Смирно!»«Здравствуйте!», «По залу шагом марш!»,«На носках марш!», «Бегом марш!», «Встаньте в рассыпную»,«На месте стой!»Наглядный,(показ) |
| **2.Основная часть** | ***ОРУ***1. «К плечам»

И. п.-на ширине плеч, руки в стороны.1-руки к плечам;2-и.п. Доз.:5-6 раз1. «Гуси шипят»

И. п.-ноги на ширине плеч, руки за спину,1-наклон вперед-«ш-ш-ш»;2-и. п.Доз.: 5-6 раз1. «Поворот»

И. п.- сидя, скрестив ноги, руки на поясе.1-поворот вправо;2-и. п.3-поворот влево;4-и.п.Доз.: 5-6 раз1. «Спрятались»

И. п.-ноги вместе, руки на поясе.1-2-присед;3-4-и. п.Доз:5-6 раз1. Прыжки

Прыжки на 2 ногах на месте.Доз.: 5 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой.**Дыхательное упражнение****«Запах цветка»**-Нужно представить, что вы вдыхаете аромат красивого цветка, который растёт на поляне. 1-Нужно сделать шумный медленный вдох носом.2- выдохнуть ртом.**Мышка:** Вот какие молодцы! Стали сразу все сильней, и румяней, здоровей.**ОВД**1. **«**Ходьба по ребристой доске лежащей на полу.»

**Мышка: «**Дети давайте отправимся на лесную полянку «Поиграй-ка». Но, чтобы туда попасть, нужно перейти через мостик. Вот он.Педагог показываю и объясняю: « Идем по очереди, руки нужно поставить на пояс и осторожно, не спеша пройти по мосту»1. «Бег в рассыпную кисти в кулак»

-Кисти в кулак. Полетели вперёд!-Сели на лавку.**3.**«Прыжки- на 2 ногах с продвижением вперёд» Построение на полоске в шеренгу.-Смотрите зайчата прыгают от куста до куста. Давайте тоже попрыгаем? -Лапки вперёд!1-делаете один прыжок2-второй прыжок3- третий прыжок и до конца зала.-Обратно возвращаетесь шагом до полосы**Мышка:** Вот мы и на полянке.-А сейчас мы поиграем. -Закрывайте глазки!-Раз, два, три, четыре, пять- начинаю превращать! Открывайте глаза.**Подвижная игра** «Кот и мыши» (с использованием домиков).*Ход игры:***Кот:** вы будете мышками, а я котом.-Ваш домик на лавочке. А мой в углу.-Пока я сплю вы бегаете, но как только проснусь, занимайте норки!**Кот: «**Я пушистый серый кот, Я в мышатах знаю толк. Знаю вы зернышки любите. Догоню вас-если меня разбудите!»-«Мяу! Разбегайся по домам!» **Кот:** «Ой, как мышата быстробегают. Никак мне их не догнать».Игра повторяется 2- 3 раза.**Кот:** Ой, ребята, молодцы!Наигрались от души.Спасибо, что со мною поиграли. | Дети выполняютУпражнения после показа совместно с педагогом.Дети после показа и объяснения педагога выполняют ходьбу по ребристой доске в колонне по 1 руки на поясе. (3 раза)Сели на лавочкуДети строятся в шеренгу.Возвращаются на исходное положение.Слушают объяснения правил игры, играют под руководством кота.Дети садятся на лавочку, руки прикладывают к голове, изображая мышат. | Фронтальный способ Фронтальный способФронтальныйПоточныйФронтальный | Наглядный,(показ)Практический(тактильная помощь)Словесный,(похвала,распоряжения,команды)«Посмотрите следующие упражнение!»,«Исходное положение принять!»,«Упражнение начинай!»Словесный (объяснение)Наглядный (показ педагога)Наглядный (показ педагога)Словесный (объяснение,команды): «Полетели вперёд!»Словесный (объяснение, распоряжения, команды, указания на качество, похвала): «Прыгай!», «На раз-один прыжок», «На два-второй», «На три-третий»«Энергично отталкивайся 2 ногами!» Словесный (команды)«Закрывайте глазки!» Словесный (объяснение, похвала) |
| **3.Заключительная часть.** | **-**А сейчас приготовили свои пальчики.**Дом**Я хочу построить дом,(Руки сложить домиком, и поднять над головой)Чтоб окошко было в нём,(Пальчики обеих рук соединить в кружочек)Чтоб у дома дверь была,(Ладошки рук соединяем вместе вертикально)Рядом чтоб сосна росла.(Одну руку поднимаем вверх и "растопыриваем" пальчики)Чтоб вокруг забор стоял,Пёс ворота охранял,(Соединяем руки в замочек и делаем круг перед собой)Солнце было, дождик шёл,(Сначала поднимаем руки вверх, пальцы "растопырены". Затем пальцы опускаем вниз, делаем "стряхивающие" движения)И тюльпан в саду расцвёл!(Соединяем вместе ладошки и медленно раскрываем пальчики - "бутончик тюльпана")А сейчас пора возвращаться в группу, встали на ножки. До свидания!  | Дети строятся в шеренгу, перестраиваются в 1 колонну, идут по залу, перестраиваются в 1 шеренгу, прощаются, выходят из зала по команде педагога.  | Фронтальный способ | **Словесный,**(похвала) |