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 придут  Девочки 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 раз   1. «Гуси шипят»   И. п.-ноги на ширине плеч, руки за спину,  1-наклон вперед-«ш-ш-ш»;  2-и. п.  Доз.: 5-6 раз   1. «Поворот»   И. п.- сидя, скрестив ноги, руки на поясе.  1-поворот вправо;  2-и. п.  3-поворот влево;  4-и.п.  Доз.: 5-6 раз   1. «Спрятались»   И. п.-ноги вместе, руки на поясе.  1-2-присед;  3-4-и. п.  Доз:5-6 раз   1. 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 прыжок  2-второй прыжок  3- 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 быстро  бегают. Никак мне их не догнать».  Игра повторяется 2- 3 раза.  **Кот:** Ой, ребята, молодцы!  Наигрались от души.  Спасибо, что со мною поиграли. | Дети выполняют  Упражнения 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 лавочку  Дети 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 способ  Фронтальный  Поточный  Фронтальный | 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) |