

## Технологическая карта занятия двигательной деятельностью с детьми 2-3 лет

### «Наши куклы любят физкультуру!»

Технологическая карта – это стандартный формат документа, содержащий в себе информацию о поставленных целях, задачах, возможных проблемах и структуре занятия в целом.

Представляемое занятие двигательной деятельностью предназначено для детей 2-3 лет и построено на основе единой сюжетной линии, которая повышает интерес к движениям, а также: с учетом критериев оздоровительной направленности (движения циклического характера (бег, ходьба), дыхательные упражнения, релаксационные упражнения и паузы, дающие возможность мышечного расслабления); с использованием кругового выполнения упражнений без перерыва, дающего возможность сокращения времени ожидания ребенком своей очереди, а значит, и повышения физической нагрузки (такую разновидность поточного метода Д.В. Хухлаева называет «станционным», а В.Г. Алямовская – «крайстренингом»).

Многолетний опыт работы позволяет сказать о том, что такие занятия способствуют повышению двигательной активности за счет эффективности используемого оборудования и многократности повторения движений.

Технологическая карта интерактивна, структурирована, несет в себе обобщенную информацию, задает определенный алгоритм, отличается относительной простотой разработки и наглядностью.

Возраст: дети 2-3 лет.

Образовательная область: физическое развитие.

Направление: физическая культура.

Вид занятия: сюжетное.

Виды деятельности: двигательная, игровая, коммуникативная.

Тема: «На физкультуру – вместе с куклой!»

Цель: развитие интереса детей к занятиям физической культуры, накопление двигательного опыта и эмоциональной отзывчивости на движения.

Задачи:

Образовательные.

Способствовать освоению детьми умений ходить и бегать по ограниченной поверхности друг за другом, не толпясь, и не обгоняя друг друга; сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной наклонной поверхности; ползать на четвереньках по ограниченной поверхности; соблюдать правила в подвижной игре.

Оздоровительные.

Формировать у детей правильную осанку, создать положительный эмоциональный настрой.

Воспитательные.

Формировать дружеские взаимоотношения между детьми.

Формы организации: фронтальные, индивидуальные.

Методы и приёмы:

Наглядные – игрушка; имитация (подражательные действия); показ (натуральная демонстрация); помощь.

Практические: проведение упражнений в игровой форме; физкультурный инвентарь; дыхательная гимнастика.

Словесные: вопросы к детям; указание к действию; пояснения; команды и распоряжения; указания.

Средства реализации:

Куклы (h-17-20см) по количеству детей; дорожка линолеумная L3м; ящик для вхождения 50x50 см, h-10см; наклонная доска длина 2–2,5 м, ширина 25см, толщина 5см; игрушки (мелкие кубики, шарики и т.д.); индивидуальные коврики на каждого.

### «Наши куклы любят физкультуру!»

Задачи	Содержание	Дозировка	Методы, приемы, способы организации	Оборудование	Линии усложнения
1 этап. Мотивационно-подготовительный. Длительность 1-1,5 мин. Создание у детей интереса и эмоциональной настроенности к занятию, постепенная функциональная подготовка организма ребенка к более интенсивной работе на деятельностном (основном) этапе занятия					
Ходить и бегать по ограниченной поверхности друг за другом, не толпясь, и не обгоняя друг друга; бегать непрерывно	1. Ходьба к куклам по дорожке с перешагиванием через обручи, лежащие на полу	1р	Вот кукла Маша, А это - Нина, Они пришли сегодня к нам из магазина. <i>(поточно)</i> Хотите научить их заниматься физкультурой?	Дорожка L 3м., 2 обруча для перешагивания	Ходьба приставным шагом в стороны по линолеумной тест-дорожке со «следочками», L 3м
	2. Бег к куклам по дорожке	20сек	Бегут наши ножки По ровненькой дорожке!		
	3. Ходьба обычная в чередовании с ходьбой на носочках	0,5к р 4-6 шагов	По дорожке мы пойдём – Куколку свою найдем!		
2 этап. Деятельностный. Длительность 6-7,5 мин Создание условий для разнообразной двигательной деятельности детей, тренировки всех групп мышц, формирование двигательных навыков и умений, развитие физических качеств, обеспечение оптимального уровня физической нагрузки на организм					
Разнообразно и выразительно действовать с игрушкой (куклой). Осваивать умение и	1. <i>О.Р.У. с куклами.</i> а) «Куколка, <i>покажись</i> » И.п: стоя, кукла в руках за спиной, В: показать, вытянув руки вперед,	3р пауза 3р <i>(далее обознач</i>	<i>(фронтально)</i> Кукла Маша - покажись, Кукла Нина - появись!	Куклы (h 17-20см) на каждого ребенка	Увеличить количество повторений до 4р3р  Кукол заменить на игрушку

начинать, и заканчивать упражнение в одной позе – исходной	вернуться в и.п.	<i>ние – 3рп3р)</i>			«Мишка»
	б) «Куколка, повернись» И.п: ноги широкой дорожкой, кукла в вытянутых руках перед собой. В: повороты вправо-влево.	3р п 3р	Куколка повернись, Машенька, покажись! Влево - вправо, повернись, Вот - так, этак, Нина, повернись!		
	в) «Куколка, поклонись» И.п: тоже, кукла в согнутых руках перед грудью. В: неглубокие наклоны вперед (поклоны).	3р п 3р	Куколка, поклонись, Машенька, поклонись! Вот так-этак, Нина, поклонись!		
	г) «Куколка, попляши!» Пружинка	6 - 8р	Куколка, попляши, Машенька, попляши! Вот так-этак, Нина, попляши, Твои ножки хороши!	Куклы на стульчиках	
Сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной наклонной поверхности	2. <i>О.В.Д.</i> а) Ходьба по наклонной вверх и вниз с куклой в руке	1 – 2р	По мосточку я иду – Куклу я в руке несу!		Вхождение на ящик h-10см и ходьба по наклонной (h-10см) вниз с куклой в руке
Ползать на четвереньках по ограниченной поверхности	б) Ползание на четвереньках по прямой	1 – 2р	Наша Куколка На стульчике сидит И тихонько говорит: «Ты ползи сюда скорей, покачай и пожалей!»	Дорожка L 3-4м	
Ощущать мышечное расслабление после моментов повышенного эмоционального состояния	3. Релаксационная пауза	30 сек	Мы играли, мы гуляли – наши Куколки устали. Мы немножко отдохнем – а потом опять играть пойдём! ( <i>лежа</i> )	Индивид. коврики	
Выполнять правила подвижной игры	4. П/игра «Помоги куколке»	2 – 3р	Кукла Машенька играла – И игрушки потеряла! Мы сейчас пойдём –	Игрушки (мелкие кубики, шарики и	

			И игрушки все найдем!	т.д.)	
3 этап. Заключительно-рефлексивный. Длительность 0,5-1 мин Снижение эмоциональной и физической нагрузки за короткий промежуток времени, формирование элементарных навыков самооценки, подведение итогов занятия					
Ходить приставным шагом с предметом в руке	1. Ходьба с куклой по линолеумным тест-дорожкам приставным шагом в стороны		По дорожке я иду – Куклу я в руке держу!	Линолеумная тест-дорожка L 3м	Приставным шагом вперед
Менять направление и характер движения во время ходьбы и бега	2. Бег с куклой в руке	10сек	По дорожке я бегу – Куклу крепко я держу!		
	3. Ходьба обычная в заданном направлении (до стульчиков)	8-10 шагов	Куколку свою Я на стульчик посажу, Упражнение новое Я ей покажу!	Стульчики для кукол	
Выполнять имитационные упражнения, чувствовать напряжение и расслабление мышц	4. Релаксационное упражнение «Солдатики и куклы»		Вот солдатики из дерева – Они как столбики стоят! <i>(вытянуться, напрячь мышцы рук, спины, живота)</i> А куколки на ниточке – Как тряпочки висят! <i>(наклониться вперед, расслабить мышцы рук и верхней части туловища)</i>	Куклы на стульчиках	
Понимать и проговаривать положительное и отрицательное	5. Рефлексия		Как вы думаете – мы научили кукол заниматься физкультурой? Вам понравилась? Ай-да, детки, молодцы – Научили кукол заниматься физкультурой!		