

Технологическая карта занятия двигательной деятельностью с детьми 2-3 лет «У Алёнушки в гостях»

Возраст: дети 2-3 лет.

Образовательная область: физическое развитие.

Направление: физическая культура.

Вид занятия: сюжетное.

Виды деятельности: двигательная, игровая, коммуникативная.

Тема: «В гости к Алёнушке».

Цель: развитие интереса детей к занятиям физической культурой, 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: кукла Алёнушка, игрушка Зайчик, горшочек; дорожка линолеумная L3м; доска напольная L 2м, ширина 20см, толщина 4см; скамья № 2 (h 24см, L 2м, толщина 4см); мячи на каждого d 15см; шнур 2 шт. L 2м; индивидуальные коврики на каждого.

Технологическая карта занятия «У Алёнушки в гостях»

Задачи	Содержание	Дози- ровка	Методы, приемы, способы организации	Обору- дование	Услож- нение
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					

<p>Упражнять детей в ходьбе по извилистой дорожке, беге между предметами. Развивать ловкость.</p>	<p>1) Ходьба по извилистой дорожке. 2) Бег между предметами (между деревьями) 3) Ходьба по извилистой дорожке.</p>	<p>1 круг 20 сек 1 круг</p>	<p>Мы сейчас расскажем вам о том, как Алёнушка нас к себе в гости пригласила и кашей угостила: Сначала по извилистой дорожке шагали наши ножки! А потом – по дорожке мы бежали и деревья оббегали! И снова по извилистой дорожке шагали наши ножки!</p>	<p>Извилистая линолеумная дорожка L 3м. Кукла Алёнушка, горшочек</p>	<p>Ходьба приставным шагом в стороны по линолеумной тест-дорожке со «следочками», L 3м</p>
<p>2 этап. Деятельностный. Длительность 6-7,5 мин Создание условий для разнообразной двигательной деятельности детей, тренировки всех групп мышц, формирования двигательных навыков и умений, развития физических качеств, обеспечения оптимального уровня физической нагрузки на организм</p>					
<p>Вызвать эмоциональный отклик на игровое занятие. Развивать двигательное творчество.</p>	<p>1. <i>О.Р.У. с куклами.</i> а) «Кто в гостях у Алёнки? Два цыпленка!» И.п.: стоя, ноги врозь, руки внизу. В: поднятие рук вверх.</p>	<p>2р пауза 2р (далее обозначение – 2р x 2р)</p>	<p>Построение по зрительным ориентирам.</p>		
	<p>б) «А еще - Курочка в сережках!» И.п: стоя, руки согнуты в локтях, разведены в стороны, слегка касаются ушей. В: повороты туловища в стороны.</p>	<p>3р x 2р</p>			
	<p>в) «Петушок в сапожках!» И.п: стоя, ноги врозь, руки внизу. В: наклоны вперед.</p>	<p>2р x 2р</p>	<p>Показать «сапожки» руками.</p>		
	<p>г) «Селезень в кафтане, утка в сарафане. А корова в юбке, в теплом полушубке!» И.п: тоже.</p>	<p>2р x 2р</p>			

	В: повороты в стороны.				
	д) «Вода в горшочке кипит» Прыжки на 2-х ногах на месте.	4пр. х 2р	А у куклы Алёнушки был волшебный горшочек, решила она всех гостей кашей угостить: «Вот горшочек, вот гречка – будет каша вариться в печке! Ты, горшочек, кипи – кашу нам скорей вари: буль-буль-буль-буль!»		Увеличить кол-во прыжков до 6-8
	е) Упражнение на дыхание	1р	Подуем на горячую кашу – остудим ее		
Ползать на четвереньках по ограниченной поверхности, опираясь на колени и ладони	2. О.В.Д. а) Ползание на четвереньках по ограниченной поверхности (по доске, положенной на пол)	1р	<i>Поточно.</i> Уже всех Алёнушка кашей накормила, а горшочек все варит и варит: волшебное слово забыла куколка сказать! Как много каши вокруг – проползем по мостику	Кукла Алёнушка, горшочек, доска L - 2м	Ползание по гимнастической скамейке (№ 2)
Мягко приземляться	б) Прыжки через линию.	1р	У нас на пути – речка из каши впереди, мы перепрыгнем и дальше пойдем! <i>Обращать на мягкое приземление</i>	2 шнура на расстоянии 50см друг от друга	Увеличить кол-во линий до 3-х
Ощущать мышечное расслабление после моментов повышенного эмоционального состояния	3.Релаксационная пауза	30 сек	Ух, устали, отдохнем, а потом опять пойдем! <i>(дети лежат расслабленно на инд. ковриках, педагог убирает оборудование, освобождая место для проведения п/игры)</i>	Индивид. коврики	
Выполнять правила подвижной игры	3. П/игра «Догони мяч»	2 – 3р	Встретили зайчика на пути, он помог вспомнить волшебные слова: «раз, два, три – горшочек больше не вари!» А у Зайки есть мячи – Ты скорее их лови!	Игрушка Зайчик Мячи на всех детей d – 15см	
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	1. Ходьба с	1р	По дорожке я иду –	Линолеум-	Приставн

приставным шагом с предметом в руке	мячом по линолеумным тест-дорожкам приставным шагом в стороны		Мяч в руке держу!	ная тест-дорожка L 3м	ым шагом вперед
Менять направление и характер движения во время ходьбы и бега	2. Бег с куклой в руке	10сек	По дорожке я бегу – Мячик крепко я держу!		
	3. Ходьба обычная в заданном направлении <i>(до корзины)</i>	8-10 шагов	По дорожке я иду – Мяч в корзину положу, Кукле Алёнушке Упражнение покажу	Корзина для мячей	
Выполнять имитационные упражнения, чувствовать напряжение и расслабление мышц	4. Релаксационное упражнение «Мы – чистюли!»		Чей же это грязный горшочек? Кто в нем кашу варил и помыть забыл? Мы грязнулями не будем, Мыть горшочек будем: ну-ка, ну-ли, ну-ка, ну-ли, Чистить будем И горшочек, и кастрюли! Мы почистим их песочком <i>(напряжение мышц рук),</i> Обольем их кипятчком! <i>(расслабление мышц рук)</i> Посмотрели на кастрюлю, в ней увидели – чистюлю!	Кукла Алёнушка на стульчике	
Понимать и проговаривать положительное и отрицательное	5. Рефлексия		Как вы думаете, угощать кашей – хорошо? А когда каши слишком много? Кто напомнил Алёнушке волшебные слова? А кто помог Алёнушке помыть горшочек? Ай-да, молодцы – помогли Алёнушке!		