

**Технологическая карта физкультурного занятия
в старшей группе «С Капитошками играем и здоровье укрепляем»**

Составила: Бондаренко О.В.

Инструктор физической культуры МБДОУ «ДСКВ №57»

Цель: создать условия для развития крупной моторики рук для детей с тяжелым нарушением речи.

Задачи:

Образовательные:

- Закрепить навык подбрасывания мяча вверх двумя руками снизу и ловля, его, не прижимая к груди.
- Совершенствовать навык ползания на низких четвереньках, прогибая спину.
- Продолжать формировать навык прыжка, с продвижением вперед, отталкиваясь двумя ногами, приземляясь на выпуклую поверхность.
- Упражнять в пролезании в обруч, головой вперед, группируя тело.

Развивающие:

- Развивать ловкость, выносливость, внимание, быстроту реакции.
- Укреплять здоровье, через использование элементов самомассажа, дыхательной гимнастики, пальчиковой гимнастики.

Воспитательные:

- Улучшить эмоциональный настрой, чувство коллективизма.

Образовательная область: физическое развитие.

Виды детской деятельности: двигательная.

Оборудование: массажные мячи 15 штук, мячи резиновые 15 штук, воздушные шары 15 штук, мыльные пузыри 15 штук, игру, гимнастические палки 15 штук, обруч, дуга, зрительные ориентиры 6 штук (лужи), набивные мешочки 6 штук, музыкальное сопровождение.

Структура	Содержание образовательной деятельности	Планируемый результат
Вводная часть: Мотивационно - побудительная деятельность.	Дети входят в зал. Инструктор по физической культуре приветствует детей и дает команды: В одну колонну становись! Направо! В обход по залу шагом марш! Ходьба обычная. 0,5мин. (проходя мимо гимнастических палок, каждый берет одну) Ходьба свысоким поднимание колена, касаясь каленом палки. 10сек.	Эмоциональный отклик и интерес к деятельности.

	<p>Ходьба на носках, вращая палку вверху произнося звук «р-р-р-р» 10 сек. Ходьба обычная. 0,5мин. Ходьба на пятках, вытянув руки вперед, вращая палку, произнося звук «у-у-у» .10сек. Ходьба обычная. 0,5мин. Ходьба перекатом с носка на пятках, палка перед грудью.10 сек. Бег обычный.0,5мин. Бег с прямыми ногами вперед, вытянув руки вперед держа палку. Бег прямой галоп (поочередно меняя ногу), имитация езды на лошадке, цоканье язычком 0,5 мин. На каждую ногу. Бег подскоками, палку вверху 0,5мин. Ходьба с восстановлением дыхания, подняв палку вверх вдох, опустив на грудь выдох 0,5мин. Звучит мелодия «капание дождя». Инструктор по физической культуре: Ребята, вы что-нибудь слышите? Что это может быть? (ответы детей). Капельки дождя, верно, а на что они похожи (ответы детей). И на нашего друга Капитошку. А Капитошка на что похож? (Ответы детей). Согласна, на мячи, а какие вы знаете мячи? (ответы детей). Они могут быть и большие, и мелкие, мягкие и твердые, тяжелые и легкие, гладкие и колючие.....очень разные. Инструктор по физической культуре: массажный мяч сейчас возьмем, в рассыпную все встаем. Это у нас будут Капитошки, наш дружок колючий у него бочек.</p>	<p>Формирование правильной осанки.</p> <p>Разогрев мышц, подготовка организма к дальнейшей нагрузке.</p>
<p>Основная часть: Создание условий для разнообразной двигательной активности детей. Закрепление и совершенствование физических навыков. Актуализация имеющихся у детей</p>	<p>ОРУ с мячами. 1. мяч поднимаем, руки разминаем. И.п.; о.с. держим мяч в руках, руки опущены вниз. В: на 1-3 поднять мяч,вращая вверх, поднимаясь на носки и 2-4. опуститься на всю стопу, опуская руки с мячом вниз (6 раз).</p> <p>2. повороты туловища влево и вправо. И.п.; стойка ноги врозь, мяч у груди. В: на 1- повороты влево, вытянув прямые руки, покатаь мяч, по ладошке считая до 4.</p>	<p>Развитие физических навыков, ловкости, выносливости, внимания, быстроту реакции.Формирование умений выполнять упражнения дружно и слаженно; выражать свои эмоции.</p>

<p>умений. Создание условий для достижения результата каждого ребенка. Осуществление дифференцированного подхода.</p>	<p>2-4 .и.п. На 3- вправо вытянув прямые руки, покатаь мяч, по ладошке считая до 4. (6 раз)</p> <p>3. наклонись, не ленись. И.п.; широкая стойка, мячом в руках перед грудью. В: на 1- наклон туловища вперед, прокатывая мяч по правой ноге. 2-4- и.п. На 3- наклон туловища вперед, прокатывая мяч по левой ноге .(6 раз)</p> <p>4. мячик катаем, но не теряем. И.п.; сед, ноги прямые вытянуты вперед, мяч у груди. В: на 1-прокатить мяч к стопе, обхватить стопой, На 2- лечь на спину, поднять прямые ноги, покатаь мяч стопами, считая до 4. На 3- развести ноги в стороны поймать мяч. На 4- вернуться в и.п. 7 раз.</p> <p>5. не ленись за мячом тянись. И.п.; сед на пятках, мяч на коленях. В: на 1-3- прокатывание мяча вперед, не опуская головы, тянуться как можно дальше. 2-4 - закатить мяч на колени и поднять вверх, встать на колени прогнуть спину назад (5 раз.)</p> <p>6. веселые прыжки. И.п.; о.с. зажав мяч коленями, руки на поясе. В: прыжки на месте, в чередовании с ходьбой, (повторить 3 раза, по 8 прыжков.)</p> <p>Инструктор по физической культуре: хорошо, закончили. Массажный мяч мы уберем, резиновый большой возьмем. Врассыпную становись. О.Д.</p>	<p>Следить за осанкой, сохраняя равновесие, не сгибая колени.</p> <p>Развитие крупной</p>
---	---	---

	<p>Отрабатываем навык, ловли мяча подбрасывая его вверх. (3 минуты). Способ организации – фронтальный. Инструктор по физической культуре: молодцы, закончили, мячи убрали. В одну колонну становись. Инструктор по физической культуре: будем капельки считать раз, два, три, четыре, пять (поочередно все пальцы соединяем с большим). у нас сегодня занятие получилось связано с водой, и впереди нас ждет другое задание. Способ организации – поточный. Прыжки скочки на кочку, отталкиваясь двумя ногами, руки на поясе. Попали под дождь - пролезание в обруч головой вперед, руки на коленях. Прыжки через лужи прыжковым шагом. Ползание на четвереньках, под радугой. Повторить 3 раза.</p>	<p>моторики рук, через работу с мячом. Пальчиковая гимнастика, для развития мелкой моторики рук.</p>
<p>Заключительная часть: подведение итогов двигательной деятельности, поощрение детей (выход из деятельности, учет индивидуального темпа ребенка).</p>	<p>Инструктор по физической культуре: раз, два, три, четыре, пять - начинаем мы играть. Глазки все мы закрываем, и себя мы представляем чистой каплей голубой, с прозрачную водой. Мы дождинки непоседы бегать, прыгать все умеем, по сигналу: раз, два, три- капли в лужи соберись. (Дети свободно передвигаются по залу, по сигналу собираются группами). Подвижная игра повторяется 3 раза. Инструктор по физической культуре: очень весело играли, быстро капли ли передвигались. Предлагаю отдохнуть, мыльные пузыри надуть. Эй, ребята, посмотрите, полетели пузыри: красный, синий, голубой. Выбирай себе любой. Инструктор по физической культуре: ребята, пузыри можно надувать разным способом. Чтоб большой был, как мы выпускаем воздух (ответы детей), а маленькие? Дети дуют пузыри 3 мин. Инструктор по физической культуре: Посмотрите, что это такое? На что похоже? (Ответы детей). Мне тоже кажется, что это тучка. Посмотрите сколько Капитошек..... только у них почему, то нет личика???? Как нам быть и чем помочь??? (ответы детей) Молодцы, конечно, вы возьмете их с собой в группу и нарисуете им личики. Я знаю, у вас есть специальные красками, которыми рисуют</p>	<p>Игра на ориентировку в пространстве. Сплочение коллектива, дружеские взаимоотношения. Повышаем жизненный объем легких. Формируем длительную воздушную струю. Прерывистый выдох, концентрирует внимание.</p>

	<p>пальчиками.... Я обязательно зайду посмотреть, что у вас получится.</p> <p>Вы сегодня очень старались, и отлично занимались физическими упражнениями. До свидания.</p>	<p>Тренировка диафрагмы. Развитие положительных эмоций, снятие эмоционального напряжения. Развитие мелкой моторики рук, творческого воображения.</p>
--	---	--