Технологическая карта

Физкультурное сюжетно – ролевое занятие во 2 младшей группе.

Тема: «Зайкин день»

Задачи:

*Оздоровительные:*

-Продолжать развивать слуховой и зрительный анализаторы;

-Продолжать формировать правильную осанку

*Образовательные:*

-Учить ходьбе мелким шагом по гимнастической скамейке, удерживая равновесие, с разведенными в стороны руками;.

-Продолжать учить удерживать равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке приставным боковым шагом;

-Продолжать учить спрыгивать со скамейки, мягко приземляясь на полусогнутые ноги, и смотреть вперед

-Совершенствовать навык подлезания под дугу, не касаясь руками пола и правильно группируясь;

*Воспитательные:*

*-* Воспитывать у детей интерес и потребность к физическим упражнениям;

*-* продолжать воспитывать физические качества: быстрота, ловкость, выносливость во время игры;

*-* доставить детям максимум удовольствия от физкультурного занятия.

Оборудование: шапочки «зайчик» - по количеству детей; елки 4 шт.; корзина – 1 шт.; мешочки с песком (заячья капуста); аудиозаписи для подвижной игры.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Части | Содержание | Дозировка | Методические указания |
| Вводная часть  Мотивационный момент  *Дети сидят на стульчиках полукругом* | Инструктор: Здравствуйте, дети!  Дети отвечают  А вы любите сказки?  Дети отвечают  Давайте вместе сыграем сказку.  Живут в лесу зайчатки. Есть у них мама – зайчиха. (инструктор надевает шапочку – маску). Проснулись зайчатки утром, а мама говорит: «Заиньки, мы пойдем сегодня в дальний лес за самой вкусной заячьей капустой. Чтобы не устать по дороге, давайте сделаем заячью зарядку» | 2 - 3 мин | Следить за осанкой,  Положением рук, соблюдением дистанции |
| Основная  часть  Ходьба в колонне друг за другом  Подскоки  Ходьба на пятках, руки за спиной, голова поднята вверх  «1» — встать на носки, хлопнуть в ладоши над головой; «2» — вернуться в О.С.  «1» — наклон вперед, касаясь ладонями носков ног; «2» — вернуться в О.С.  И.п. — стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе. «1» — пово­рот в правую сторону с хлопком в ладоши; «2» — вернуться в И.п.  И.п. — стоя, ноги вместе, руки в стороны. «1» — руки к пле­чам, пальцы сжать в кулаки; «2» — вернуться в И.п.  Прыжки на двух ногах в чередовании с ходьбой  Ходьба по скамейке приставным шагом  Ходьба по скамейке боком, приставным шагом  Подлезание под дугой  Подвижная игра «Лиса и зайцы» | ОРУ  Зайка весело шагает,  Ножки выше поднимает. –  Зайка прыгает и скачет  . По дорожке, словно мячик. - 7  Он на пяточках шагал,  Носик кверху поднимал.  Зайка вдруг остановился, повернулся  На носочки Зайка встал  И в ладоши хлопать стал.  Раз — нагнулся, два — нагнулся,  До носочков дотянулся.  Повернулся вправо-влево.  Вот какой Зайчонок смелый!  Не боится никого,  Даже волка самого.  Зайка мышцы укрепляет,  Зайка лапочки сгибает.  Скачет Заинька — прыг-скок,  Ножку ставит на носок.  .  ***ОВД***  Ну вот мы и готовы. Сейчас я возьму корзинку для заячьей капусты и мы поскачем.  До капусты чтоб добраться надо очень постараться по дорожке всем пройти, пяточку к носку приставить и вперед смотреть, но смотрите, с дорожки не сходите.  Дальше спрыгнули с дорожки и обратно возвращаемся, на дорожку боком мы встаём (лицом к окнам) и приставным шагом идем. Спрыгнули.  Вот препятствие другое, под дугой подлезть зайчатам, группируясь, не касаясь, пола лапой ( 2 дуги)  Видите, сколько ёлочек вокруг. Под каждой растет вкусная капуста. Скачите туда и набрите капусту. Заиграла музыка, выходит лиса, дети убегают. Педагог предлагает им поиграть (3 раза) | 30с  30с.  30с  30с  30с  30с  2 раза  2 раза  2 раза  2-3 раза | Начинать движение по сигналу.  Следить постановкой ног и осанкой  Поточный метод  Индивидуальная помощь  Напомнить правила. |
| Заключительная часть  Ходьба за инструктором в колонне  Рефлексия | Вот капусту мы собрали, можно и домой идти.  Зайка весело шагает,  Ножки выше поднимает, раз два, раз, два – ножки выше поднимает  Ну, вот мы и пришли домой.  Где же мы сегодня с вами были?  Рассказы детей.  А что же вам больше всего понравилось?  Ой, смотрите, заячья капуста превратилась в витамины. Угощения в группе | 1 – 2 мин.  1 – 2 мин. |  |

Источники:

1. Будь здоров, дошкольник. Программа физического развития детей 3 – 7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2016. – 112с
2. Токаева Т.Э. Технология физического развития детей 3 – 4 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2017. – 360с. (будь здоров дошкольник).
3. Шебеко В.Н. Физкультурные праздники в дктском саду: Творчество в двигательной деятельности дошкольника: Кн. для воспитателей дет. сада / В.Н. Шебеко, Н.Н. Ермак. – 3-е изд. – М.: Просвещение, 2003. – 93с.: ил.