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 частьМотивационный 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 частьХодьба в колонне друг за другомПодскоки 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 ходьбойХодьба по скамейке приставным шагомХодьба по скамейке боком, приставным шагомПодлезание под дугой Подвижная игра «Лиса и зайцы» | ОРУЗайка весело шагает,Ножки выше поднимает. – Зайка прыгает и скачет. По дорожке, словно мячик. - 7Он на пяточках шагал, Носик кверху поднимал.Зайка вдруг остановился, повернулся На носочки Зайка всталИ 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)   | 30с30с.30с30с30с30с2 раза2 раза2 раза2-3 раза | Начинать движение по сигналу.Следить постановкой ног и осанкойПоточный методИндивидуальная помощьНапомнить правила. |
| Заключительная частьХодьба за инструктором в колоннеРефлексия | Вот капусту мы собрали, можно и домой идти. Зайка весело шагает,Ножки выше поднимает, раз два, раз, два – ножки выше поднимаетНу, 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.