

Технологическая карта физкультурного занятия

Образовательная область: «Физическое развитие»

Тема: Ходьба и бег небольшими группами.

Цель: Приучать детей ходить и бегать небольшими группами, за воспитателем, учить ходить между 2 линиями, сохраняя равновесие.

Пособия. Игрушки: кукла, мишка, два шнура.

Этапы деятельности	Действия воспитателя	Деятельность детей
Мотивационно - побудительный	<p>Ходьба и бег небольшими группами в прямом направлении за воспитателем. Дети входят в зал за воспитателем без построения - стайкой. Стулья расставлены по двум сторонам зала (по количеству детей). Воспитатель предлагает сесть на свои места – занять свои домики.</p> <p>П/и «Пойдём в гости». Воспитатель подходит к первой подгруппе детей, предлагает им встать и пойти вместе с ней в гости. Подойдя ко второй подгруппе, малыши здороваются, а на слова «дождик пошёл!» бегут к своим домикам и занимают любые места. Затем воспитатель приглашает детей второй подгруппы пойти в гости. Игра проводится 2 раза.</p>	<p>Дети входят в зал.</p> <p>Дети садятся на стульчики.</p> <p>Дети бегут к своим местам.</p>
Организационно-Поисковый	<p>1.Ходьба между 2 линиями (расстояние 25 см). Из шнуров или реек вдоль зала воспитатель выкладывает 2 дорожки длиной 2,5 – 3 см. Расстояние между дорожками не менее 3 см.</p> <p>«Дождик кончился, - говорит воспитатель,- выглянуло солнышко, но кругом лужи. Пойдем по дорожке, чтобы не замочить ноги, вот так». (Показывает). Затем подводит одну подгруппу детей к дорожке, выстраивает их друг за другом и предлагает пойти за ней. Воспитатель идет лицом к детям и держит в руках игрушку (куклу или мишку); побуждая их смотреть на неё, т.е. не опускать голову. Дети проходят по первой дорожке, так же идут по второй и садятся на места. Воспитатель приглашает малышей второй подгруппы пройти по дорожкам.</p> <p>2.П/и «Бегите ко мне». В игре развивается у детей умение действовать по сигналу педагога, бегать в прямом направлении, одновременно всей группой. Убрав рейки, воспитатель предлагает детям встать к стене так, чтобы не мешать друг другу, а сам</p>	<p>Дети идут и стараются смотреть на игрушку.</p> <p>Дети бегают в прямом направлении.</p>

	<p>переходит на противоположную сторону зала и говорит: «Лужи высохли, бегите ко мне все, все бегите!» Дети бегут, воспитатель приветливо встречает их, широко раскрыв руки. Когда малыши соберутся, она переходит на другую сторону зала и вновь говорит: «Бегите ко мне». Игра повторяется 3-4 раза. Перед началом игры воспитатель напоминает, что бежать можно только после слов «бегите ко мне».</p>	
Рефлексивно-корректирующий	<p>Ходьба стайкой за воспитателем в обход зала, в руках у педагога мишка.</p>	<p>Дети убирают спорт инвентарь.</p>

Технологическая карта физкультурного занятия

Образовательная область: «Физическое развитие»

Тема: Прыжки на двух ногах

Цель: учить детей ходить и бегать всей группой в прямом направлении за воспитателем, подпрыгивать на 2 ногах на месте.

Пособия. Игрушки: кукла, мишка, большой мяч.

Этапы деятельности	Действия воспитателя	Деятельность детей
<p>Мотивационно - побудительный</p>	<p>Ходьба и бег всей группой (стайкой) за воспитателем. Дети входят в зал без построения. Воспитатель обращает внимание детей на мишку, сидящего к концу зала на стуле, и приглашает пойти к нему в гости. Дети идут к мишке, разговаривают с ним, затем идут к кукле Наташе, сидящей на другом конце зала. После ходьбы (в одну и другую сторону) воспитатель предлагает пробежать к Мишке, а потом к кукле в гости.</p>	<p>Дети бегут за воспитателем.</p> <p>После выполнения упражнений дети строятся в круг с помощью воспитателя.</p>
<p>Организационно-Поисковый</p>	<p>1.Общеразвивающие упражнения без предметов. «Покажи ладошки». И.п.: стоя ноги на ширине стопы, руки опущены вдоль туловища. Поднять руки вперед, сказать «вот», вернуться в исходное положение. (5 раз). «Покажи колени». И.п.: стоя ноги на ширине плеч, руки на поясе. Наклониться вперед и положить ладони на колени, сказать «вот», вернуться в исходное положение (5 раз). «Маленькие и большие». И.п.: стоя ноги на ширине стопы, руки за спиной. Присесть, обхватить колени руками, голову опустить. Встать, руки убрать за спину (5 раз). И.п.: стоя ноги слегка расставлены, руки опущены вдоль туловища. Прыжки на двух ногах на месте в чередовании с ходьбой на месте (2 раза). Дети садятся на места, а воспитатель берет игрушки куклу и мишку и сажает на стулья, стоящие в противоположных сторонах зала.</p> <p>2.Основной вид движений. Прыжки на двух ногах на месте (2-3 раза). Воспитатель берёт большой мяч и показывает детям, как он хорошо прыгает</p>	<p>Дети выполняют упражнения по команде воспитателя.</p> <p>Дети садятся на места.</p>

	<p>(отбивая его одной рукой об пол), затем приглашает всех детей подойти к ней и попрыгать, как мячики. Дети прыгают, а педагог приговаривает: «Прыг-скок, прыг-скок». Этим задается ритм подпрыгиваний. «Покажите мишке, как мы умеем прыгать», - говорит воспитатель. Дети идут к мишке и прыгают около него. Затем переходят в другой конец зала и прыгают около куклы. Воспитатель следит, чтобы дети не бежали, а переходили от одной игрушки к другой.</p> <p>3.П/и «Догони мяч».</p> <p>Воспитатель катит мяч вдоль зала и предлагает детям догнать его. Затем педагог переходит на другую сторону и снова прокатывает мяч, дети догоняют. Игра повторяется 2-3 раза. Вариант игры: можно приготовить мячи по количеству детей. Воспитатель кладет мячи в корзину и предлагает каждому догнать мяч, взять его и принести.</p> <p>В данной игре, как и в предыдущей, воспитывается умение действовать по сигналу воспитателя, бегать в прямом направлении.</p>	<p>Дети прыгают.</p> <p>Дети догоняют мяч.</p>
Рефлексивно-корректирующий	Ходьба стайкой за воспитателем, в руках у него большой мяч.	Дети убирают спорт инвентарь.

Технологическая карта физкультурного занятия

Образовательная область: «Физическое развитие»

Тема: Упражнения с погремушкой

Цель: учить детей ходить и бегать колонной по одному всей группой, подлезать под шнур.

Пособия. Две стойки, шнур, по две погремушки на каждого ребёнка, флажок.

Этапы деятельности	Действия воспитателя	Деятельность детей
Мотивационно - побудительный	<p>Ходьба и бег в колонне по одному, за воспитателем. Дети входят в зал без построения и садятся на стулья.</p> <p>Воспитатель предлагает поиграть в игру «Поезд»: «Вы будете вагончиком, а я паровоз». Дети выстраиваются в колонну по одному с помощью воспитателя. Он встает впереди колонны и ведет её, пройдя половину зала, переходя на бег, затем снова на ходьбу. Бег повторяется ещё раз и снова ходьба.</p>	<p>Дети выполняют ходьбу и бег по команде.</p>
Организационно-Поисковый	<p>1.Общеразвивающие упражнения (с погремушками).</p> <p>1.И.п.: ноги слегка расставлены, погремушки в опущенных руках. Руки вынести вперед, погребеть погремушками, опустить (5 раз).</p> <p>2.И.п.: ноги на ширине плеч, погремушки в обеих руках у плеч. Наклониться, коснуться погремушками колен, выпрямиться, вернуться в исходное положение (5 раз).</p> <p>3.И.п.: ноги на ширине ступни, погремушки за спиной. Присесть, положить, положить погремушки на пол, выпрямиться, руки убрать за спину, присесть, взять погремушки, выпрямиться, убрать погремушки за спину, вернуться в исходное положение (4 раза).</p> <p>4.И.п.: ноги слегка расставлены, погремушки в обеих руках у плеч. Прыжки на двух ногах на месте в чередовании с ходьбой на месте (2 раза).</p> <p>После выполнения общеразвивающих упражнений дети кладут погремушки на стулья и садятся на места в противоположной стороне зала.</p> <p>2. Основной вид движений.</p> <p>Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени. Воспитатель ставит две стойки и натягивает шнур на высоте 50 см. Пособие располагается вдоль зала так,</p>	<p>Дети под команду выполняют упражнения.</p> <p>Дети садятся на места.</p> <p>Дети ползают на четвереньках под шнуром.</p>

	<p>чтобы все дети одновременно участвовали в упражнении.</p> <p>Упражнение проводится в форме игры «Доползи до погремушки». Вначале воспитатель предлагает одному ребёнку показать, как подлезать под шнур, и при этом объясняет «Асель подходит к рейке, встает на четвереньки (на ладони и колени) и ползет, как жучок, за шнур она не задевает, голову наклоняет низко. Доползла до стульчика, встала, взяла погремушку, подняла высоко и прогремела». Затем воспитатель предлагает всем подойти к обозначенному месту, встать на четвереньки и ползти, как жучки (по команде воспитателя), до стульев. Упражнение повторяется 3 раза.</p> <p>3.П/и «Найди свой домик».</p> <p>Дети сидят вдоль одной стороны площадки. «Пойдем гулять», - говорит воспитатель. Дети расходятся группами или в одиночку, кто куда хочет. По сигналу воспитателя «домой» все бегут в свой домик. Игра повторяется 3-4 раза.</p>	<p>Дети выполняют команды.</p>
<p>Рефлексивно-корректирующий</p>	<p>Ходьба в колонне по одному за воспитателем, в руках у него флажок.</p>	<p>Дети убирают спорт инвентарь.</p>

	<p>расстоянии 2-3 м друг от друга и в конце каждой дорожки, чтобы дети во время ходьбы смотрели вперед, ставит стойку с изображением зайца или медведя (можно поставить стул с игрушкой). Вначале воспитатель показывает упражнение и объясняет: «Идти надо прямо, голову не опускать, смотреть вперед на мишку». Дети встают друг за другом перед дорожкой и так же друг за другом идут по ней, затем колонной малыши подходят ко второй дорожке и бегут по ней. Упражнение повторяется.</p> <p>2. Прыжки – подпрыгивания на двух ногах на месте. Дети выстраиваются в шеренгу, и педагог под ритмичные удары в бубен предлагает попрыгать на месте, как зайки. Можно использовать музыкальное сопровождение.</p> <p>3. Подвижная игра «Наседка и цыплята». Дети изображают цыплят, а воспитатель – наседку. На одной стороне зала или площадки огорожено место (веревка или шнур натягивается между деревьями или стойками на высоте 50 см) – это дом, где живут наседка и цыплята. Первой выходит из дома наседка, она идет искать корм. Затем зовет цыплят: «ко-ко-ко». По этому сигналу цыплята подлезают под веревку, бегут к наседке и вместе с ней гуляют по площадке, клюют зернышки. Воспитатель говорит? «Большая птица!» Все цыплята бегут домой. Игра повторяется 3-4 раза.</p>	<p>Дети выполняют прыжки</p> <p>Дети изображают цыплят.</p>
<p>Рефлексивно-корректирующий</p>	<p>Игра малой подвижности «Найди цыпленка». Воспитатель прячет цыпленка так, чтобы дети не видели. Все ходят по залу и ищут его.</p>	<p>Дети убирают спортивный инвентарь</p>

Технологическая карта физкультурного занятия

Образовательная область: «Физическое развитие»

Тема: Упражнения с мячом

Цель: учить детей ходить и бегать по кругу, сохранять устойчивое равновесие в ходьбе и беге по ограниченной площади, упражнять в подпрыгивании на двух ногах на месте.

Пособия. По два кубика на каждого ребёнка, два шнура, две стойки.

Этапы деятельности	Действия воспитателя	Деятельность детей
Мотивационно - побудительный	Закреплять умение ходить и бегать по кругу, учить энергичному отталкиванию мяча при прокатывании друг другу, упражнять в ползании на четвереньках.	Дети выполняют команды.
Организационно-Поисковый	<p>1. Ходьба и бег по кругу. В зале по кругу разложены мячи. Дети строятся в шеренгу. Воспитатель объясняет задание: «Будете ходить и бегать по кругу, мячи задевать нельзя!» Дети поворачиваются друг за другом и идут по кругу, затем бегут, останавливаются, поворачиваются в другую сторону и снова идут и бегут. Затем останавливаются около мячей.</p> <p>2. Общеразвивающие упражнения. (с большими мячами)</p> <p>1. И.п.: ноги на ширине ступни, мяч в обеих руках внизу. Поднять мяч вверх, опустить, вернуться в исходное положение (5раз).</p> <p>2. И.п.: ноги на ширине плеч, мяч в обеих руках у груди. Наклониться, коснуться мячем пола, вернуться в исходное положение (5раз).</p> <p>3. И.п.: ноги на ширине ступни, мяч в обеих руках внизу. Присесть, мяч в согнутых руках, встать, выпрямиться, вернуться в исходное положение (5раз).</p> <p>4. И.п.: стоя на коленях (или сидя на пятках), мяч на полу в обеих руках. Прокатывание мяча вокруг себя вправо и влево (2-3 раза).</p> <p>5. И.п.: ноги слегка расставлены, мяч в согнутых руках перед собой. Прыжки на двух ногах с поворотом вокруг себя, в чередовании с ходьбой на месте (2-3 раза).</p> <p>3. Основные виды движений.</p> <p>1. Катание мячей друг другу (стоя на коленях) на расстоянии 1,5 метров. После выполнения общеразвивающих упражнений дети одной подгруппы кладут мячи в корзину. Пока дети выполняют</p>	<p>Дети выполняют ходьбу и бег по кругу.</p> <p>Дети выполняют упражнения с мячами.</p> <p>Дети катают мячи.</p>

	<p>задание, воспитатель раскладывает плоские обручи в две линии на расстоянии 1,5 м друг от друга, которые служат ориентиром при прокатывании мячей. Воспитатель в паре с ребенком показывает упражнение и объясняет, как правильно прокатывать мяч. По сигналу «покатили» дети катят мячи. Воспитатель напоминает, что отталкивать мяч надо посильней, прямо в руки товарищу. Катать мяч друг другу можно, стоя в обруче на коленях, сидя на корточках и т.д. Упражнение выполняется 6-8 раз. Дети убирают пособия с помощью воспитателя и выстраиваются в одну шеренгу около стульев, вдоль стены.</p> <p>2. Ползание на четвереньках в прямом направлении. Воспитатель предлагает малышам встать на четвереньки (осторожно опускаясь на колени) опереться на ладони и колени, и доползти до противоположной стороны, как жучки, затем встать и хлопнуть в ладоши над головой. Упражнение можно повторить.</p> <p>3. Подвижная игра «Поезд».</p>	<p>Дети ползают на четвереньках.</p> <p>Дети играют в игру.</p>
<p>Рефлексивно-корректирующий</p>	<p>Ходьба в колонне по одному.</p>	<p>Дети убирают спортивный инвентарь</p>

Технологическая карта физкультурного занятия

Образовательная область: «Физическое развитие»

Тема: Упражнения с кубиками

Цель: Ходить и бегать по кругу, учить мягкому спрыгиванию на полусогнутые ноги, упражнять в прокатывании мяча.

Пособия .Кольца(от кольцеброса) по количеству детей,2-3 скамейки,мячи по числу детей вподгруппе,резиновые дорожки.

Этапы деятельности	Действия воспитателя	Деятельность детей
Мотивационно - побудительный	Ходьба и бег по кругу. Дети строятся в шеренгу, воспитатель проверяет осанку, равнение, объясняет задание- надо ходить и бегать по кругу, не задевая кольца(заранее разложены по кругу).Дети идут, пройдя половину круга, по команде воспитателя бегут (полный круг),затем останавливаются, поворачиваются в другую сторону и вновь идут и бегут по кругу.	Повторяют за воспитателем упр.
Организационно-Поисковый	<p>1.Общеразвивающие упражнения (с кольцами).</p> <p>И.П. ноги на ширине ступни ,кольцо в правой руке опущено. Вынести руки вперед, переложить кольцо перед собой в левую руку, опустить руки(5раз).</p> <p>И.П. ноги слегка расставлены, кольцо в обеих руках у груди.Присесть, положить кольцо на пол,выпрямится, встать, руки убраеь за спину, присесть, взять кольцо, вернуться в И.П.</p> <p>И.П. стоя на коленях, сидя на пятках, кольцо в обеих руках внизу. Встать на колени,поднять кольцо в прямых руках над головой, сесть на пятки, руки опустить(5раз).</p> <p>И.П. роги вмести, руки на поясе, кольцо на полу. Прыжки на двух ногах вокруг кольца в чередовании с ходьбой на месте(2раза). После упражнений дети вешают кольца на стойку и садятся на стульчики.</p> <p>2.Основные виды движений.</p> <p>Спрыгивание со скамейки(высота10см) на резиновую дорожку.Воспитатель показывает упражнение и объясняет:»Надо встать на скамейку, слегка согнуть колени испрыгнуть легко на носочки, как зайка»Упражнение выполняется подгруппами.Дети встают на скамейку,и по команде воспитателя все одновременно</p>	<p>Руки прямые</p> <p>Полный присяд</p> <p>Спина прямая</p> <p>Руки на пояс</p> <p>При поддержке воспитателя</p>

	<p>спрыгивают. Упражнение повторяется 3-4 раза.</p> <p>Катание мячей в прямом направлении.</p> <p>После упражнения вспрыгивании дети первой подгруппы подходят к мячам, разложенным заранее,</p> <p>Берут их и по сигналу «покатили» прокатывают мячи в прямом направлении, Энергично отталкивая их руками. Бегут за мячами и кладут на место .</p> <p>Подвижная игра»Поезд»</p>	Друг за другом
Рефлексивно-корректирующий	Игра малой подвижности.	