

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение детский сад общеразвивающего вида «Елочка»  
Казачинско-Ленского района Иркутской области

Конкурсное задание очного тура  
Муниципального конкурса профессионального  
мастерства «Лучший педагог Казачинско-Ленского района»

Технологическая карта непосредственно образовательной деятельности  
по физической культуре с детьми старшей группы.

Тема: «Цветочная поляна»

Подготовила:  
инструктор по физической культуре  
первой квалификационной категории  
Самакина Елена Александровна

2022г.

Тема	Конспект нетрадиционного занятия по физической культуре «Цветочная поляна»		
Культурная практика	Физическая культура		
Культурно-смысовой контекст	Выполнение всех заданий		
Цель	Развитие ориентировки в окружающем пространстве.		
Задачи:	<p><u>Образовательные:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Повышать двигательную активность детей.</li> <li>Формировать умение ориентироваться в пространстве, координируя движения.</li> </ol> <p><u>Развивающие:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Развивать физические качества детей: ловкость, быстроту, равновесие, гибкость, общую выносливость.</li> <li>Оказывать индивидуальную поддержку детям в период овладения новым нетрадиционным оборудованием.</li> </ol> <p><u>Воспитательные:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Воспитывать проявления доброжелательного отношения друг к другу, взаимопомощь и взаимовыручку.</li> <li>Воспитывать желание и интерес к занятиям физкультурой и спортом.</li> </ol>		
Приемы:	Создание проблемно-игровой ситуации, голосовая и эмоциональная модуляция, художественное слово, показ практического действия, аудиозапись; прием организации детей: поточный способ.		
Здоровьесберегающие технологии:	Приемы самомассажа; дыхательная гимнастика; корректирующие упражнения для осанки и плоскостопия; пальчиковая гимнастика; релаксация.		
Планируемый результат	Дети (в соответствии с индивидуальными возможностями) согласовывают движения частей тела, сохраняют координацию при выполнении упражнений с нетрадиционным оборудованием. Дети испытывают потребность в двигательной активности. Радоваться достигнутому результату.		
Оборудование	Полусфера на каждого, веревка с колокольчиком, гимнастические обручи 12 шт; дуги, карта-схема, гимнастическая скамейка, музыкальный центр, компьютер, самодельные коврики, мольберт, ваза цветы из фетра.		
Этап	Деятельность педагога		Деятельность воспитанников
Мотивационный этап	<p>Проводит построение. Здравствуйте! Проверяет готовность детей к занятию, озвучивает цель.</p> <p>Станем все скорее, Слева друг и справа друг. Тому, кто справа, улыбнись. Тому, кто слева, улыбнись. Теплом сердечка поделись!</p>		Дети проходят в зал, проходят по кругу, останавливаются для приветствия.
Вводная часть	<p>Сегодня я получила загадочное письмо (показывает). Оно излучает приятный запах. Чувствуете нежный аромат? Как вы думаете, что это за запах?</p> <p>Да, мне тоже так показалось. Хотите узнать, от кого это письмо и что здесь написано?</p>		<p>Пахнет какими-то цветами.</p> <p>Ответы детей, да, очень.</p>

	<p><b>Создание проблемной ситуации.</b></p> <p>“Дорогие ребята! Меня зовут – Фея Фиалка. Я- Фея цветов и приглашаю вас к себе в гости, посмотреть на цветы”. Нас приглашают в гости. Только вот не написала, куда же нам идти. Что нам делать? Посмотрите, здесь находится, карта - схема.</p> <p>Знакомство детей с особенностями и задачами предстоящей работы. Наверное, вы правы. Раз она Фея цветов, то и царство у нее Цветочное. Но сначала, вспомним технику безопасности во время занятий: Соблюдение дистанции, внимательно слушаем команды инструктора, дисциплина, работа со спортивным инвентарём.</p>	<p>Осознают и принимают поставленную задачу. Отвечают на вопросы. Дети отвечают. Она живет в царстве цветов.</p> <p>Ответы детей.</p>
Основная часть	<p>Нам предстоит очень длительный путь с необычными препятствиями. Давайте подготовимся к нему.</p> <p>Все садимся, Поудобней примостимся. За массаж вы принимайтесь, Попрошу вас, постараитесь.</p> <p><b>Самомассаж.</b> «Божья коровка» <i>Сидя, гладить ноги с верху до низу</i> Следом за папой мама идёт. <i>Разминать их.</i> За мамой следом детишки идут. <i>Похлопать их ладошками</i> Следом за ними малыши бредут. <i>«Шагать» пальчиками</i> Красные юбочки носят они, <i>Поколачиваем кулачками</i> Юбочки с чёрными точечками. <i>Постукиваем пальчиками</i> На солнышко они похожи, Встречают дружно новый день. <i>Поднять руки вверх, скрестить, раздвинуть пальцы.</i> А если будет жарко им, То прячутся все вместе в тень. <i>Погладить ноги ладонями, спрятать руки.</i></p> <p><b>Инструктор:</b> А теперь, друзья, вставайте. Можно отправляться в путь!</p>	<p>Дети выполняют команды инструктора и делают движения.</p>

Мы шагаем друг за другом. Чтобы цветочки не помять, (**Ходьба с высоким подниманием колена**).

Нужно ноги поднимать. (**Ходьба друг за другом**).

Меж деревьев мы шагали – (**Ходьба «змейкой»**)

Вдруг мы поле увидали! Если только бы вы знали –

Как мы быстро пошагали. (**Ходьба в быстром темпе**).

Ищем мы цветочки, Чтобы сплести веночки. (**Ходьба врассыпную с приседаниями**).

Вот букет огромный, вскоре мы собрали. (**Ходьба друг за другом**).

И ковер огромный на лугу соткали. (**Построение в круг**).

Ребята, мы с вами оказались на сказочной цветочной поляне. А какой чистый воздух здесь. Давайте подышим им.

**Дыхательное упражнение “Подыши одной ноздрей” (по А. Стрельниковой)**

**Инструктор:** Делаем вдох правой ноздрей, указательным пальцем левой руки закрываем левую ноздрю. Выдыхаем через левую ноздрю, а правую закрыть указательным пальцем правой руки, (*упражнение повторяется 4 раза.*).

Вдыхаем воздух через нос, выдыхаем медленно ртом. (4 раза).

Ой, ребята, посмотрите сюда! Какой чудесный встретился нам здесь цветок! Волшебству цветка не удивляйтесь.

Смело к выполнению заданий подключайтесь, (первый лепесток найти пианино, и задание).

Для разминки хороши эти обручи!

**Использование ТСО** (*звучит фонограмма «Вальс цветов»*)

**ОРУ с гимнастическими обручами**

**1. «Цветок растёт»**

И. п.: И.п. — стоя, обруч внизу в обеих руках.

**1,2, 3** — подняться на носочках, обруч вверх горизонтально; смотреть в него, с места не сходить;

4 — отпустить обруч вниз по телу, чтобы он упал на пол, руки поднять вверх ( 4- 5 раз).

**2 «Цветок качает головой»**

..И. п.: Стоя, Обруч в поднятых к верху руках

1 — наклон туловища влево;

2 — и. п.

3 наклон туловища вправо;

4 и. п. (5-6 раз).

**3.«Цветок поворачивается к солнцу»**

И.п. — стоя, обруч в прямых руках перед собой, хват с боков.

Повороты в стороны, ноги не сдвигать.(5- 6 раз)

**4. Налетел сильный ветер».**

И.п. — выпад левой ногой, обруч стоит на полу перед собой.

1 — продеть правую ногу в обруч,

2 — и.п. То же повторить левой ногой (6 раз)

**5.«Цветок тянется к солнцу».**

И. п. о. с. , обруч внизу.

1- Поднять обруч вперёд, вверх потянуться и вернуться в и. п.

**6 «Цветок прячется от дождя»**

И. п.: стоя, обруч стоит перед собой.

1 – присесть, «спрятаться» за обруч;

2. и. п. (7 раз)

**7. « Польём цветок»**

И. п.: стоя в обруче, ноги вместе.

Прыгать: ноги врозь за обруч, ноги вместе в обруч.

Молодцы! Вы замечательно справились с заданием. Интересно, какое новое испытание приготовила нам Фея цветов? Заглянем в наш волшебный цветок, он находится в правом углу зала возле кольца (*читает задание, написанное на лепестке*). Слушайте внимательно! «Чтобы попасть ко мне во дворец, вам нужно выполнить следующее задание» Справимся?

ОВД.

**«Ветер затихает, чуть цветы качает» (2 раза)**

Ходьба по гимнастической скамейке (*высота – 35 см*), руки в стороны.

Дети отвечают, да.

**«Вырос в поле василек – ярко синий огонек» (2 раза)**

Подлезание под двумя дугами в прямом направлении, не касаясь руками пола.

**«На зеленой хрупкой ножке вырос шарик у дорожки» (2 раза)**

	<p>Перепрыгивание через мягкие модули, помогая руками.</p> <p><b>«На зелененьких шнурочках, висят белые звоночки» (2раза)</b></p> <p>Подпрыгивание вверх, касаясь рукой колокольчика.</p> <p>Ребята вы справились с заданиями, и мы незаметно подошли к дворцу королевы Цветочной страны. Посмотрите, как здесь красиво! А вот какой красивый лепесток и здесь что-то есть. Прочитаем?</p> <p>«Помогите мне ребята, посадить цветы на новых полянках. Фея Фиалка». Что будем делать? Поможем Фее. Итак, начинаем.</p> <p>Подвижная игра «Посади цветы на поляне». Использование ТСО Используем нетрадиционное оборудование коврики, схемы</p>
<p>Заключительный этап</p>	<p>Молодцы, Ребята! Хорошо поиграли, а самое главное помогли Фее Фиалке посадить цветы. Вам понравилась игра?</p> <p><b>Воспитатель:</b> Я вам предлагаю немного отдохнуть, ведь нам пора возвращаться домой.</p> <p>- Сегодня мы побывали с вами в удивительном месте в царстве цветов. Давайте полежим с закрытыми глазами на мягкой и зелёной траве.</p> <p><b><u>Проводится релаксация на фоне тихой музыки:</u></b></p> <p>«Закроем, дети, глазки. Представим, что мы в сказке. Мы, словно цветы на полянке лесной, Согретые солнцем, умыты весной. Мы тянемся вверх, лепестки раскрывая, И ласковый ветер нас тихо качает, И нежные песни нам птицы поют, И соки земные нам силы дают»</p> <p><i>(Во время чтения стихотворения незаметно возле каждого ребёнка кладётся цветок.)</i></p> <p>Ребята, а ведь мы с вами уже в детском саду, откройте глаза. Вот какое чудо произошло с нами, и королева Цветочной страны каждому из вас подарила цветок, который будет вам напоминать об этом путешествии. Мы обязательно совершим ещё одно путешествие в Цветочное царство, а пока я прощаюсь с вами и желаю вам удачи. До свидания.</p>
<p>Рефлексия</p>	<p>Дети, ложатся на пол закрывают глаза и расслабляются под красивую музыку.</p> <p>Ответы детей.</p> <p>-Спасибо! До свидания!</p>