

Конструкт по двигательной деятельности с использованием нетрадиционных здоровьесберегающих технологий.

Воспитатель: Пуртова Елена Николаевна

Возраст детей: младшая группа № 9 (3-4 года).

Образовательная область: «Физическое развитие», «Социально-коммуникативное развитие», «Речевое развитие».

Тема физкультурного занятия: Веселый котенок.

Формы проведения занятия: Сюжетно-игровая

Виды деятельности: двигательная, игровая, речевая

Формы организации деятельности: фронтальная, групповая, индивидуальная

Планируемый результат:

- Дети проявляют интерес к теме занятия, эмоционально реагируют.
- Умеют ритмично, координировано выполнять ходьбу по кругу, бег, дыхательное упражнение, оздоровительный массаж «Доброе утро», валеологическую распевку, мимическую зарядку.
- Дети выполняют комплекс ОРУ
- Наклоны, приседания, прыжки, чередуя с ходьбой, дыхательное упражнение на носках.
- Дети учатся выполнять ходьбу по гимнастической скамейке, перешагивание «пенечков», лазанье в обруч.
- У детей формируется умение бегать в разные стороны и прыжков.
- Дыхание детей восстановлено. Дети эмоционально откликаются.
- Дети проявляют интерес к физическим упражнениям, инициативность, потребность в двигательной активности. Учатся осуществлять самоанализ, самооценку деятельности.

Цель: формировать стремление к двигательной активности через нетрадиционное оборудование, развитие физических качеств (быстроту реакции), воспитание интереса к физическим упражнениям через использование элементов театрализованной и игровой деятельности в процессе физического воспитания.

Задачи	Задачи с учетом особенностей воспитанников группы
<p>Воспитательные задачи: Воспитывать у детей интерес к физическим упражнениям, инициативность, потребность в двигательной активности. Активизировать внимание детей, вызвать интерес к теме занятия, подготовить организм детей к физической нагрузке.</p> <p>Развивающие задачи: Развивать различные группы мышц (мышцы спины и гибкости позвоночника, мышц брюшного пресса и ног, мышц плечевого пояса). Развивать умения выполнять основные виды движений (ходьба по гимнастической скамейке,</p>	<p>Гоша, Илья, Влад - затрудняются в ходьбе по гимнастической скамейке. Влад - не может выполнить лазанье в обруч.</p>

<p>перешагивание «пенечков», лазанье в обруч). Развивать умение осуществлять самоанализ, самооценку деятельности. Обучающие задачи: Учить детей бегать в разные стороны, не наталкиваясь друг на друга и прыгать . Совершенствовать навыки ходьбы и бега, по кругу разными способами. Оздоровительные задачи: учить детей чередовать подвижную деятельность с менее интенсивным отдыхом, оказывать оздоровительное воздействие на организм (укреплять мышцы спины и гибкости позвоночника, мышц брюшного пресса и ног, мышц плечевого пояса.</p>	
--	--

Принципы дошкольного образования (ФГОС ДО):

Построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;

Содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;

Принципы воспитания: формирование личностного стиля взаимоотношений со сверстниками и педагогом, создание положительного эмоционального фона и атмосферы эмоционального подъема, воспитание через взаимодействие.

Принципы обучения: принцип обучения в зоне ближайшего развития, принцип доступности, принцип наглядности, систематичности и последовательности.

Принципы физического воспитания: принцип непрерывности, принцип постепенного наращивания развивающе-тренирующего воздействия, принцип возрастной адекватности процесса физического воспитания, принцип оздоровительной направленности.

Методы воспитания: методы осмысления детьми своего социального опыта (беседа), метод стимулирования (игровая ситуация, поощрение), художественное слово.

Методы обучения: метод развития познавательного интереса (стимулирование занимательным содержанием), информационно-рецептивный метод (объяснение), наглядный (демонстрация), репродуктивный метод (упражнение), частично-поисковый метод,).

Средства воспитания и обучения: оборудование и оснащение: игрушка-котенок, мешочки-мышки на каждого ребенка, обруч, разноцветные пенечки, скамейка, массажная дорожка.

План проведения занятия

1. Вводная часть
2. Основная часть
 - 2.1. Комплекс общеразвивающих упражнений.
 - 2.2. Основные виды движений
 - 2.3. Подвижная игра «Прыгали мышки»
3. Заключительная часть.
4. Открытость.

<p>Педагог рассказывает стихотворение и показывает движения, а дети за ним повторяют.</p>	<p>слово</p>	<p><i>Мяу! Как мне часто снится Блюдец с теплым молоком. Ребята, кто же это? Правильно - Котенок. И он хочет сегодня с вами позаниматься и отправится в лес на прогулку . Педагог вкл звуки леса. Давайте тогда, поворачиваемся за Семой и в обход по залу шагом марш! Поднимаем ножки выше, чтобы не запнуться, в лесу ведь много веток, котенок смотрит на вас как вы выполняете движения! Идем, руки на поясе, пошли на носочках, обходим все лужи. Проходим по узкой дорожке. Молодцы! Как красиво идут девочки и мальчики. Спинки у всех прямые. Идём на пяточках руки в стороны. Идем по мостику. Молодцы ребята. Руки на пояс, идем высоко поднимаем колени. Умнички! Бегом марш! Догоняем котика! - Теперь медленно останавливаемся. Ребята, наш котенок очень устал, давайте немного отдохнем <i>Сделаем глубокий вдох и потянемся к солнышку и на выдохе спрячемся от солнышка.</i> И выполним мимическую зарядку: «Эмоции» Здесь живет Хмурилка. <i>Потереть брови</i> Здесь живет Дразнилка. <i>Потереть нос</i> Здесь живет Смешилка. <i>Потереть уголки губ</i></i></p>	<p>Ходьба на пяточках Ходьба в колонне по одному. Быстрый бег.. Дыхательное упражнение.</p>	<p>по кругу, бег, дыхательное упражнение.</p> <p>Выполняют движения, повторяя их за педагогом.</p>
---	--------------	---	---	--

		<p>Здесь живет Страшилка. <i>Потереть щеки</i> Это носик Бибка! <i>Потереть крылья носа</i> А где твоя улыбка? <i>Приподнять пальцами уголки губ</i></p>		
<p>2. Основная часть (5 минут) 2.1. Комплекс общеразвивающих упражнений Задача: развивать различные группы мышц (мышцы спины и гибкости позвоночника, мышц брюшного пресса и ног ,мышц плечевого пояса).</p>	<p>Беседа стимулирование занимательным содержанием Упражнение Объяснение</p>	<p><i>Воспитатель эмоционально стимулирует детей.</i> Ребята, наш котенок очень любит спортивных детишек, и он хочет, чтобы вы показали, как вы умеете заниматься физкультурой! Он принес игрушечных мышек, мы с ними будем заниматься. <i>Общеразвивающие упражнения.</i> Ребята, берите каждый себе «Мышку» и вставайте, в круг, чтобы не мешали друг другу. Будем выполнять упражнения с мышками.</p> <p>1. «Мышка вверх» И. п.: ноги слегка расставлены, руки опущены вниз с мышкой. на 1- поднять мышку вверх и посмотреть на нее на 2- и. п.</p> <p>2. «Мышка вперед» И. п.: ноги слегка расставлены, руки с мышкой согнуты в локтях перед грудью. 1- наклониться вперед, руки вперед с мышкой, прогнуться. 2-вернуться в и. п.</p> <p>3. «Мышки спрятались» И. п.: то же, руки с мышкой внизу. 1- присели, мышку положили на пол. 2- и. п. 3- присели, взяли мышку 4-встали</p>	<p>Дети выполняют комплекс ОРУ. Наклоны головы вправо, влево. Наклоны туловища вправо, влево. Выполняют приседания с опусканием рук и подниманием рук. Выполняют прыжки на месте, чередуя с ходьбой. Выполняют дыхательные упражнения на носках.</p>	<p>Дети выполняют комплекс ОРУ Наклоны, приседания, прыжки, чередуя с ходьбой, дыхательное упражнение на носках.</p>

		4. «Прыжки» И. п.: ноги вместе, руки на поясе, мышь около ног. С чередованием с ходьбой на месте.		
<p>2.2. Основные виды движений</p> <p>Задача: Развивать умения выполнять основные виды движений (ходьба по гимнастической скамейке, массажной дорожке. Перешагивание через пенечки, лазанье в обруч.)</p>	<p>Беседа, стимулирование занимательным содержанием, упражнение, объяснение, поощрение</p>	<p><i>Воспитатель эмоционально стимулирует детей.</i></p> <p>Ребята, мне котенок сказал, что вы отлично выполняли все упражнения и он вас хочет похвалить</p> <p>Но котенок приготовил для вас еще препятствие!</p> <p>Готовы преодолеть их?<i>(ответ детей)</i></p> <p>А вот и первое препятствие.</p> <p><i>(По принципу круговой тренировки. 1-2 подхода детей.)</i></p> <p>- Ходьба по гимнастической скамейке .</p> <p>Перешагивание через разноцветные пенечки. Котикам не трудно, они ведь ловкие, и лапки высоко поднимают.</p> <p>Ходьба по массажной дорожке. Какая узкая дорожка! По ней можно пройти только приставным шагом.</p> <p>Ой, сколько ручейков! Вам нужно перепрыгнуть через эти ручейки.</p> <p>Прыжки на двух ногах через «ручейки».</p> <p>Впереди поваленное дерево</p> <p>Нужно пролезть под ним, не намочив ножки. (Пролезть в обруч, согнувшись, голова прижата к груди, руки на коленях, поочередно через обруч.)</p> <p><i>(Воспитатель наблюдает правильность выполнения упражнений, подстраховывает выполнение детьми основных движений, корректирует, побуждает детей к самоконтролю)</i></p>	<p>Дети выполняют основные виды движений:</p> <p>Ходьба по массажной дорожке.</p> <p>Перешагивание через разноцветные пенечки.</p> <p>Ходьба по узкой дорожке приставным шагом.</p> <p>Прыжки на двух ногах через «ручейки».</p> <p>Лазанье в обруч.</p>	<p>Дети учатся выполнять ходьбу по гимнастической скамейке, массажной дорожке.</p> <p>Перешагивание через разноцветные пенечки, лазанье в обруч.</p>

		<i>выполнения движений.) Ребята , вы такие молодцы!</i>		
<p>2.3.Подвижная игра «Прыгали мышки» (2 мин) Задача: Учить детей выполнять движения, соответствующие тексту.</p>	<p>Игровая ситуация Демонстрация Поощрение Художественное слово</p>	<p>Воспитатель сообщает детям, что наш котенок любит ловить мышей. Котенок довольно мурлыкает, он хорошо сторожит дом от мышей. Вот и сейчас он вкусно пообедал: съел плошку сметаны, выпил кувшинчик сливок и уселся на коврик. Здесь он и выжидает мышей. Но мыши решили котенка перехитрить. Они дождались, пока он уснет после сытного обеда. Котенок улегся, захрапел, а мыши тут как тут. Педагог побуждает детей выступить в игре в роли мышей. Ребята, берите каждый себе «Мышку».</p> <p>Дети - «мыши», четко выговаривая слова с нужной динамикой (силой звука), потихоньку крадутся из норки, встают в круг и выполняют движения в соответствии с текстом стихотворения «Прыгали мышки» Н. Колпаковой: прыгают, пляшут, пружинящим шагом сужают круг — «идут к коврижке» и кричат все вместе: «А-ам!», присаживаясь на пол.</p> <p><i>Прыгали мышки около коврижки, Прыгали, пели... и всю коврижку съели! Сторож кот просыпается и ловит мышей.</i></p>	Прыжки и бег	У детей формируется умение выполнять движения, соответствующие тексту.
<p>3. Заключительная часть (2минуты) Дыхательное упражнение</p>	Демонстрация	<p><i>Воспитатель проводит дыхательную гимнастику вместе с детьми.</i> «Вырасти большой» -Ребята сейчас мы вырастим большими. Поднимем руки вверх, хорошо</p>	Дети выполняют дыхательное упражнение	Дыхание детей восстановлено. Дети эмоционально откликаются.

<p>«Вырасти большой» Задача: восстановить дыхание детей.</p>		<p>потянемся, сделаем вдох, опускаем руки вниз и вместе с выдохом произнесем «у-х-х-х»! Поглаживание лица</p> <p>Ребята, нам уже пора возвращаться в группу. Котенку так понравилось с нами играть, что он хочет пойти с нами в группу. Возьмем котенка с нами? В какие игры мы с ним будем играть? Мы нарисуем котенка, построим домик ему.</p>		
<p>4. Открытость <u>(2минуты)</u> Задача: Воспитывать у детей интерес к физическим упражнениям, инициативность, потребность в двигательной активности. Развивать умение осуществлять самоанализ, самооценку деятельности.</p>	<p>Беседа Поощрение</p>	<p><i>Воспитатель побуждает детей к анализу собственной деятельности.</i> -Ребята понравилось вам сегодняшнее физкультурное занятие? Котенку очень понравилось с вами гулять и заниматься спортом. Какие препятствия вам показались самыми сложными? <i>Воспитатель выслушивает ответы детей.</i></p>	<p>Дети проявляют интерес, активность, анализируют свои движения, высказывают суждения, предложения.</p>	<p>Дети проявляют интерес к физическим упражнениям, инициативность, потребность в двигательной активности. Учатся осуществлять самоанализ, самооценку деятельности.</p>

Валеологическая распевка «Доброе утро!»

Доброе утро!
Улыбнись скорее!
И сегодня весь день
Будет веселее!
Мы погладим лобик
Носик и щечки
Будем мы красивыми,
Как в саду цветочки!
Разотрем ладошки
Сильнее, сильнее!
А теперь похлопаем
Смелее, смелее!
Ушки мы теперь потрем
И здоровье сбережем.
Улыбнемся снова,
Будьте все здоровы!

Поворачиваются друг к другу
Разводят руки в стороны
Хлопают в ладоши
Выполняют движения по тексту

Постепенно поднимают руки вверх
«Фонарики»
Движения по тексту

Потирают ушки

Разводят руки в стороны



«МИМИЧЕСКАЯ ЗАРЯДКА»

Дидактические задачи: выполнение мимических движений по подражанию, экспрессивное выражение эмоций.

Методика проведения. Педагог рассказывает стихотворение и показывает движения, а дети за ним повторяют.

Здесь живет Хмурилка,	Ребенок нахмурился, указательные пальцы возле сведенных бровей.
Здесь живет Дразнилка,	Упражнение «Буратино», ребенок показывает язык.
Здесь живет Смешилка,	Указательные пальчики на щеках, ребенок улыбается.
Здесь живет Страшилка.	Глаза широко открыты, руки вытянуты вперед, пальцы растопырены, рот открыт.
Это носик Бибка!	Указательные пальцы сведены на кончике носа.
А где твоя улыбка?	Дети отвечают улыбкой на вопрос педагога.

При выполнении этого упражнения необходимо помнить, что массировать нужно подушечками пальцев, без нажима на кожу. Эта же потешка используется для массажа по методу А.А. Уманской [2001].

Здесь живет Хмурилка,	Массируется точка на лбу между бровями;
Здесь живет Дразнилка,	Массируются точки по краям крыльев носа;
Здесь живет Смешилка,	Массируется точка по срединной линии лица на нижней челюсти, между нижней губой и подбородком.
Здесь живет Страшилка.	Широко раскрывая рот, вытащить как можно дальше язык, при этом потягивая с умеренной

	силой руками мочки ушей сверху вниз.
Это носик Бибка!	Поочередно подушечками указательных пальцев касаться кончика носа.
А где твоя улыбка?	Подушечками указательных пальцев массировать точки в углах рта.

Дыхательная гимнастика.

14. «Вырасти большой»

Цель: развитие плавного, длительного выдоха.

ИП: стоя прямо, ноги вместе. Поднять руки вверх, хорошо потянуться, подняться на носки – вдох, опустить руки вниз, опуститься на всю ступню – выдох. На выдохе произнести «у-х-х-х»! Повторить 4-5 раз..

ПРИЛОЖЕНИЕ № 4

В игре «Прыгали мышки» (слова Н. Колпаковой) внимание педагога нацелено на развитие двигательно-речевой активности. Он артистично показывает движения, а малыши, стоя в кругу, выполняют движения, соответствующие тексту:

Прыгали мышки около коврижки.

Прыгали, плясали, корочки кусали.

Прыгали, пели... и всю коврижку съели!

Дети выполняют энергичные движения: прыгают, пляшут, сужают круг, дружно выкрикивая: «А-ам!» и присаживаясь на пол. Эта подвижно-дидактическая словесная игра активизирует артикуляционный аппарат, придает речи (за счет акцентов на сильных долях такта) ритмическую упругость, которая подкрепляется выразительными движениями.

Игра «Прыгали мышки»

Дидактическая задача: активизировать артикуляционный аппарат; научить выразительно (при помощи мимики и интонации) произносить текст.

Игровая задача. Обмануть сторожа.

Игровые правила. Убегать, как только сторож проснется.

Ход игры

Воспитатель приносит кота Ваську и сообщает детям, что кот любит ловить мышей. Васька довольно мурлыкает, он хорошо сторожит дом от мышей. Вот и сейчас он вкусно пообедал: съел плошку сметаны, выпил кувшинчик сливок и уселся на коврик. Здесь он и выжидает мышей. Но мыши решили кота Ваську перехитрить. Они дождались, пока он уснет после сытного обеда. Васька улегся, захрапел, а мыши тут как тут. Педагог побуждает детей выступить в игре в роли мышей.

Дети - «мышь», четко выговаривая слова с нужной динамикой (силой звука), потихоньку крадутся из норки, встают в круг и выполняют движения в соответствии с текстом стихотворения «Прыгали мышки» Н. Колпаковой: прыгают, пляшут, пружинящим шагом сужают круг — «идут к коврижке» и кричат все вместе: «А-ам!», присаживаясь на пол.

Прыгали мышки около коврижки,
Прыгали, пели... и всю коврижку съели!

Сторож кот просыпается и ловит мышей.