

Физкультурное занятие

Методист ИМЦ
Демченко Наталья Андреевна

САНПИН

-МЛАДШАЯ ГР.	15 МИНУТ
-СРЕДНЯЯ ГР.	20 МИНУТ
-СТАРШАЯ ГР.	25 МИНУТ
-ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГР.	30 МИНУТ

ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ

- ОБУЧЕНИЕ ТЕХНИКЕ
- РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ
- КОРРЕКЦИЯ РАЗВИТИЯ МОТОРИКИ
- ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДА
- РАЗВИТИЕ КОГНИТИВНЫХ ПРОЦЕССОВ
- ВОСПИТАНИЕ МОРАЛЬНО-ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ

МЕТОДИКА

- СТРУКТУРА ЗАНЯТИЯ
- СОДЕРЖАНИЕ
- ОРУ
- ОВД
- ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

СТРУКТУРА

- ВВОДНАЯ ЧАСТЬ
- ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ
- ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

- СТРОЕВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ
- ХОДЬБА
- БЕГ
- ОРУ

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ (С ОРУ)

- МЛАДШАЯ ГР. 6-7 МИНУТ
- СРЕДНЯЯ ГР. 8-9 МИНУТ
- СТАРШАЯ ГР. 10-11 МИНУТ
- ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГР. 12-14 МИНУТ

ОРУ

- МЛАДШАЯ ГР. 4-5 УПР. ПО 4-5 РАЗ
- СРЕДНЯЯ ГР. 5-6 УПР. ПО 5-6 РАЗ
- СТАРШАЯ ГР. 6-8 УПР. ПО 6-8 РАЗ
- ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГР. 8-10 УПР. ПО 8-10 РАЗ

ОРУ (50% ВРЕМЕНИ ВВОДНОЙ ЧАСТИ)

- МЛАДШАЯ ГР. 3-3,5 МИНУТЫ
- СРЕДНЯЯ ГР. 4-4,5 МИНУТЫ
- СТАРШАЯ ГР. 5-5,5 МИНУТ
- ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГР. 6-7 МИНУТ

ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

- МЛАДШАЯ ГР. 6-7 МИНУТ
- СРЕДНЯЯ ГР. 8-9 МИНУТ
- СТАРШАЯ ГР. 10-11 МИНУТ
- ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГР. 12-14 МИНУТ

ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

- СТРОЕВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ
- ХОДЬБА (НОВЫЙ ВИД, ОБУЧЕНИЕ)
- БЕГ (НОВЫЙ ВИД, ОБУЧЕНИЕ)
- ОВД
- ПОДВИЖНАЯ ИГРА

ОВД (50% ВРЕМЕНИ ОСНОВНОЙ ЧАСТИ)

- МЛАДШАЯ ГР. 3-3,5 МИНУТЫ
- СРЕДНЯЯ ГР. 4-4,5 МИНУТЫ
- СТАРШАЯ ГР. 5-5,5 МИНУТ
- ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГР. 6-7 МИНУТ

ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ

- ПОСТРОЕНИЕ
- РЕЛАКСАЦИЯ
- ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА И Т.Д.
- САМОМАССАЖ
- МПИ

ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ

- МЛАДШАЯ ГР. 2-3 МИНУТ
- СРЕДНЯЯ ГР. 3-4 МИНУТ
- СТАРШАЯ ГР. 4-5 МИНУТ
- ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГР. 4-5 МИНУТ

ФГОС

"ЗОНА БЛИЖАЙШЕГО РАЗВИТИЯ"

- МОТОРНАЯ ПЛОТНОСТЬ

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

- ЭТАПЫ ЗАНЯТИЯ
- МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ
- ВРЕМЯ (ДОЗИРОВКА)
- ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПЕДАГОГА
- ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ УЧАЩИХСЯ
- ФОРМИРУЕМЫЕ УМЕНИЯ И НАВЫКИ
(ПРОГНОЗИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ)



Технологическая карта НОД по физическому развитию					
Образовательная область	«Физическое развитие»				
Возраст детей	Средняя группа 4-5 лет				
Тема НОД	«Путешествие в лес»				
Задачи для средней группы	1. Учить строиться в колонну, находить своё место в колонне 2. Закреплять умение ползать на четвереньках по ограниченной S опоры 3. Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперёд				
Оборудование	Скамейки, дорожка, ...				
Предполагаемый результат	Умение строиться в колонну, находить своё место в колонне, более высокий уровень развития равновесия, правильное отталкивание двумя ногами при выполнении прыжков на двух ногах.				
Этапы НОД	Содержание	Деятельность педагога	Деятельность детей	Дозировка	Форма организации
Вводная часть	1. Построение в колонну	Объяснение, показ, обратить внимание на ориентиры для построения	Построение детей в колонну: с помощью педагога	30 сек	Фронтальный способ
	2. Ходьба в колонне на носках, на пятках, с высоким подниманием коленей	Команда: в обход по залу шагом марш!	Ходьба в колонне с выполнением задания педагога	1 мин	Фронтальный способ
	3. Бег в колонне	Команда: бегом марш!	Бег в колонне за направляющим	1 мин 30 сек	Фронтальный способ
	4. Перестроение для ОРУ	Команда: в три колонны стройся!	Самостоятельно и с помощью педагога	1 мин	Фронтальный способ

Старшая группа

Занятие № 4

Дата 12.10.2020 г.

Задачи:

1. Учить согласовывать свои движения с движениями других детей в ходьбе «Змейкой».
2. Развивать подвижность голеностопных суставов при выполнении беговых упражнений.
3. Развивать координацию движений и равновесие при выполнении прыжков на двух ногах боком, ползания на низких четвереньках, ходьбе по гимнастической скамейке, перешагивая предметы

Содержание	Дозировка	Методические указания
1. Вводная часть. 1. Построение в шеренгу 2. Ходьба на носках, на пятках, <u>Перекатом с пятки на носок (подготовительное упражнение для беговых упражнений)</u> 3. Бег, <u>выполняя беговые упражнения</u> 4. Перестроение для выполнения ОРУ: 5. ОРУ <u>для развития координации К № 1 (с кубиком)</u>	10-12 мин 30 сек 1,5 мин. 2 мин. 1 мин 5-7 мин	Самостоятельно Внимание осанке Внимание постановке стопы В 2 колонны в движении
2. Основная часть. 1. Построение в шеренгу 2. Ходьба <u>«Змейкой»</u> 3. Бег с <u>использованием поролоновой дорожки</u> 4. ОВД: - ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая предметы - прыжки на двух ногах правым и левым боком - ползание на низких четвереньках по ограниченной площади опоры 5. П.И. «Все по местам»	10-12 мин 30 сек 1,5 мин 2 мин. 4-6 раз 2-3 раза	Развитие координации за направляющим Поточно Внимание на мягкое приземление Внимание на согласование работы рук и ног С усложнение для развития равновесия
3. Заключительная часть. 1. Построение в шеренгу 2. МПИ «Зеркало»	3- 5 мин.	Самостоятельно Парами



ИМЦ

Петроградского района