Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад № 561

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ОРГАНИЗАЦИИ НОД**

**Тема: «Универсиада»**

**Возрастная группа:** средний возраст (5-6 лет)

**Составитель:** Зыкова Елена Васильевна,

инструктор по физической культуре,

ВКК

**Форма НОД:** двигательная.

**Форма организации:** групповая.

**Учебно-методический комплект:** образовательная программа дошкольного образования «Детство» Т. И. Бабаева; «Необычные физкультурные занятия для дошкольников» Е.И. Подольская; «Формирование правильной осанки и коррекция плоскостопия у дошкольников» Т.Г. Анисимова.

**Средства:**

* **технические:** музыкальный центр; ноутбук; колонки.
* **наглядные:** «Факел»; медали по количеству человек, заяц; волк (шапочка);
* **музыкальные:** музыкальное сопровождение; музыкальный mix для разминки в движении; музыка для ОРУ; спокойная музыка для самомассажа стоп.

**Оборудование:** обручи d=50 см (по количеству детей); гимнастические коврики.

**Цель:** способствовать развитию физических качеств детей, воспитание у детей среднего дошкольного возраста интереса к физкультурным занятиям.

|  |  |
| --- | --- |
| **Задачи образовательной программы** | **Задачи с учетом индивидуальных особенностей воспитанников** |
| 1. ***Оздоровительные:***  * Формировать правильную осанку у детей во время ходьбы, бега и выполнения упражнений; * Укреплять мышцы ног и свода стопы в ходе выполнений упражнений во время ходьбы и выполнения заданий для ног.  1. ***Образовательные:***  * Закреплять навыки ходьбы с высоким подниманием колен, на носках, на пятках; * Упражнять детей в прыжках на двух ногах с места; * В игровой форме развивать основные качества — силу, ловкость, быстроту, выносливость, координацию движений, гибкость.  1. ***Воспитательные:*** Укрепить здоровье детей; выявить **спортивные** интересы и способности детей; развить быстроту, ловкость, выносливость и силу; воспитать сплоченность и взаимовыручку.  * Воспитание у детей устойчивого интереса к физкультурным занятиям, через игры, упражнения. * Воспитывать умение согласовывать свои движения с характером и ритмом музыки. | Обратить внимание:  - на технику ходьбы, бега, на постановку стопы на пол;  - на правильные исходные положения при выполнении комплекса ОРУ;  - на соблюдение правил подвижной игры;  - на технику прыжка в длину. |

Музыка -в зал входят для построения две команды.

Ветер весело полощет

Олимпийский шелк знамен,

**Праздник** выступил на площадь…

Ярким светом озарен

Нас встречает стадион.

Тренируясь, мы растем –

Мы сильнее с каждым днем!

Мы дружим с солнцем и водой,

На **старт мы выйти рады**.

Проводим **праздник спорта свой**

**Дошкольной Универсиады**!

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Этапы (последовательность) действий** | **Содержание совместной деятельности** | **Действия педагога** | **Действия детей** | **Планируемый результат** |
|  | ***1. Построение, приветствие, мотивация детей (1 мин)*** | | |  |
| Вводно-организационный этап  (5 мин) | Инстр. А вы знаете что такое универсиада и что нужно делать чтобы победить? *(ответы детей)*  Инстр. Правильно необходимо заниматься спортом. Расскажите какие виды спорта вы знаете. *(ответы детей)*. Как вы думаете какими видами спорта могут заниматься только девочки? Правильно это художественная гимнастика. Все движения выполняются с женскими атрибутами: ленты, скакалки, обручи. Движения плавные, гибкие, что нельзя сказать о мужских видах спорта, где необходимы сила, смелость, мужество. А что получают спортсмены на соревнованиях *(ответы детей)*. А теперь представьте, что вы спортсмены, которые готовятся к **универсиаде**.  - Смирно! Напра-во! В обход по залу шагом- марш!  - Бегом! *(обычный бег)*  - Шагом марш! Руки в стороны на носках.  - Бег с захлестыванием голени, руки на поясе.  - Шагом марш! На внешней стороне стопы, руки за головой.  - Бег с прямыми ногами вперед, руки на поясе.  - Шагом марш! Девочки полу-приседом, руки на бедрах. Мальчики полным приседом, руки на коленях.  - Шагом марш! Раздача инвентаря девочки- ленточки, мальчики-гантели. | Инструктор приветствует детей.  Актуализация проблемной ситуации.  Педагог вовлекает детей в совместный мыслительный поиск, оказывает помощь в форме указаний, разъяснений, вопросов. | Дети входят в зал в колонне по одному и строятся в одну шеренгу.  Вступают в диалог с инструктором.  Осознание и осмысление проблемы.  Ребята по команде выполняют поворот на право. | Воспитанники заинтересованы,  Воспитанники верно выполняют команду. |
| ***2. Музыкальная разминка в движении (3 мин 30 сек)*** | | | |
| -За направляющим, в обход по залу, шагом марш!   * Марш по периметру площадки; | Инструктор выполняет упражнения совместно с детьми. | Воспитанники выполняют упражнения по показу инструктора. | Дети держат спину прямо. |
| -А я палочкой взмахну, вас в жирафов превращу!   * «Жирафики» (ходьба на носочках с поднятыми вверх руками); | Инструктор «колдует». | Дети изображают жирафов. | Пальчики на руках натянуты, ноги в коленях не сгибаются. |
| -А я палочкой взмахну, вас в медведей превращу!   * «Медведь» (ходьба с широко расставленными шагами раскачиваясь из стороны в сторону, руки в стороны); | Инструктор «колдует». | Дети изображают медведей. | Ноги в широкой стойке ноги врозь, руки вперед-встороны. Дети переваливаются с одной ноги на другую. |
| -А я палочкой взмахну, вас в пингвинов превращу!   * «Пингвины» (ходьба на пятках, руки за спину); | Инструктор «колдует». | Дети изображают медведей. | Ноги прямые, носочки вытянуты вверх, руки за спину. |
| -А я палочкой взмахну, вас в лошадок превращу!   * «Лошадка» (ходьба с высоким поднимание бедра, руки на пояс); | Инструктор «колдует». | Дети изображают «шаг лошадки». | Спина прямая, руки на пояс, пальчики на ногах натянуты в низ. |
| -А я палочкой взмахну, вас в птиц превращу!   * «Птицы» (Бег, руки изображают крылья); | Инструктор «колдует». | Дети изображают «полет птицы». | Легкий бег на носочках, руки в стороны, выполняют «мах крыла». |
| -А я палочкой взмахну, вас в шоферов превращу!   * Шоферы (ходьба с наклонами в стороны на каждый шаг, руки изображают как держат руль); | Инструктор «колдует». | Дети изображают «шоферов». | Воспитанники выполняют упражнения в такт музыке. |
| -А я палочкой взмахну, вас обратно в ребяток превращу!   * Марш по периметру площадки; | Инструктор «колдует». | Дети выполняют ходьбу по залу. | Спина прямая, нога ставится сначала на носок, потом опускается на пятку. |
|  | -За направляющим, в круг, шагом марш! | Инструктор подает команду для перестроения в круг. | Дети перестраиваются из колонны по одному в круг. | Воспитанники соблюдают дистанцию при движении друг за другом. |
|  |  | | | |
|  | ***3. Упражнение на восстановление дыхания (30 сек)*** | | | |
|  | -Ребята, посмотрите, что это?  -Смотрите, ребята, кто это?  -Ребята, а хотели бы вы превратиться в спортсменов и провести самую настоящую разминку?  -А я палочкой взмахну, вас в спортсменов превращу!  И. п. ноги на ширине плеч, руки поднимаем через стороны вверх – вдох через нос, опускаем вниз, выдыхаем и произносим: Ку-ка-ре-ку! | Инструктор берет мешочек и разглядывает его, показывает детям.  Инструктор достает из него **факел.**  Инструктор «колдует».  Инструктор выполняет упражнение вместе с детьми. | Дети разглядывают факел.  Дети изображают спортсменов.  Воспитанники выполняют задание по показу инструктора. | У детей возникает интерес, желание заглянуть в мешочек.  Дети делают глубокий вдох, на выдохе все произносят: Ку-ка-ре-ку! |
| Основной этап (развитие физических качеств)  (12 мин) | ***4.Комплекс ОРУ «Петя - петушок» под музыкальное сопровождение (2 мин)*** | | | |
| **1. Упражнение «Петушок ждет гостей».**  Повороты головы.  И.П. – у.с.н.в., р. на пояс.  1;3 – поворот вправо;  2;4 – влево.  **2.Упражнение «Петушок показывает крылышки».**  И.П. -у.с.н.в., р. на пояс.  1 – руки вперед;  2 – вверх;  3 – в стороны;  4 – на пояс.  **3. Упражнение «Петушок клюет зернышки».**  Наклоны туловища.  И.П. -ш.с.н.в., р. на пояс.  1;3 – наклон вперед, пальцы касаются пола;  2;4 – р. на пояс.  зайчишек превращу! | Инструктор объясняет и показывает упражнения.  В ходе показа обращает внимание детей на исходные положения. | Дети выполняют комплекс общеразвивающих упражнений по показу инструктора. | Спина прямая.  Руки прямые, пальцы натянуты.  Колени не сгибаются. |
|  | ***Дети делятся на четыре команды. Эстафеты*** | | | |
|  | ***5. Эстафеты*** | | | |
| Итак: **первая эстафета.**  Называется она *«Передача олимпийского огня»*.  По сигналу первый и последующие участники бегут с *«олимпийским огнем»* змейкой, оббегая ориентиры, возвращаются к своей команде бегом и передают эстафету – олимпийский огонь следующему участнику.  А наше многоуважаемое жюри не забывает оценивать каждый конкурс.  Молодцы, ребята! Как быстро и ловко вы справились с заданием!  **Праздник наш спортивный**  Продолжить нам пора.  **Празднику спортивному**  Крикнем мы – УРА!  **Вторая эстафета** *«Нарисуй Олимпийские кольца»*.*(****подг****. гр)*  От каждой команды выбирается по пять человек. Они по очереди подбегают к мольберту и рисуют кольцо нужным цветом.  Ст. гр. *«Не разорви цепочку»* от каждой команды выбираются по 7 чел. Дети берутся за руки и бегут змейкой между конусами. Выигрывает та команда, которая не разорвёт цепь.  **Четвертая эстафета** *«Скачки на мячах-прыгунах»*.  Все члены команды по очереди скачут на мячах-прыгунах до ориентира и обратно. Побеждает команда, закончившая быстрее.  **Пятая эстафета** комбинированная  Пролезть в туннель, встать в обруч и снять его с себя, перепрыгнуть поочерёдно через валики, обратно вернуться гладким бегом, передав эстафету ладонью по ладони следующему.  Заканчивается наше состязание.  Желаем мы вам горы перейти.  Преодолеть все трудные преграды,  Дружить со **спортом и скорей расти**!  Пока наше жюри подводит итоги давайте представим Универсиаду-2023. | Инструктор показывает, объясняет каким способом будут выполнятся задания. Предлагает детям выполнить упражнение.  Инструктор вовлекает детей в диалог. | Дети готовятся и по сигналу приступают к покорению эстафеты. | Воспитанники стараются выполнять все четко и быстро. |
|  | ***6. Подвижная игра «Зайцы и волк» (5 мин)*** *Повторяется 3-4 раза.* | | | |
| Дети – «зайцы». В начале игры «зайцы» стоят в своих домиках-обручах, волк находится на противоположной стороне. «Зайцы» выходят из домиков, и вместе с инструктором говорят:  Зайцы скачут скок, скок, скок,  На зеленый на лужок.  Травку щиплют, кушают,  Осторожно слушают – не идет ли волк.  После этих слов «волк» выходит из оврага и бежит за «зайцами», они убегают в свои домики. Пойманных «зайцев» «волк» отводит к себе в овраг.  -Ребята, вы такие молодцы, вы так ловко убегали от волка! Но подошло время превращаться обратно в детишек, девчонок и мальчишек!  -А я палочкой взмахну, вас обратно в ребятишек превращу! | Инструктор объясняет правила подвижной игры «Зайцы и волк», в это время **воспитатель раскладывает обручи-домики на полу по количеству детей**.  Инструктор «колдует» | Дети самостоятельно выбирают водящего, который будет играть роль волка.  Дети исполняют роль зайчиков, выполняют движения в соответствии с текстом. В конце игры, убегают в домики-обручи | Воспитанники с интересом играют, выполняют все движения по тексту. |
| Заключительный этап (способствует отдыху, снятию утомления и восстановления сил)  (3 мин) | ***7. Игровой самомассаж стоп (2 мин.)*** | | | |
| *Дети садятся на гимнастические коврик, снимают чешки.*  *Игровой самомассаж выполняется сначала с одной ногой, затем с другой.*  Проведём по ножке нежно,  Будет ноженька прилежной.  Ласка всем, друзья, нужна,  Это помни ты всегда!  По подошве, как граблями,  Проведём сейчас руками.  И полезно, и приятно –  Это всем давно понятно!  Рук своих ты не жалей  И по ножкам бей сильней,  Будут быстрыми они,  Потом попробуй, догони! | Инструктор вместе с детьми выполняет движения в соответствии текстом песни.  Одной рукой держим ногу,  другой – поглаживаем.  Погладить «граблями».  Похлопать подошву ладошкой.  Одной рукой держим ногу,  другой – поглаживаем | Дети, свободно расположившись по залу, садятся на пол и выполняют движения по показу инструктора. | У ребенка снимается усталость с ног, восстанавливается пульс. |
|  | ***8. Подведение итогов (1 мин)*** | | | |
| -Ребята, спасибо вам за то, что помогли мне вспомнить про соревнования!  -Ребята, вам понравились наши эстафеты?  -Давайте вспомним что такое Универсиада?  -Мне очень понравились вы. Вы молодцы, настоящие спортсмены. Я думаю, что многие из вас, когда вырастут будут спортсменами. Я отдаю сюрприз вашему воспитателю. Когда вы придёте в группу и вымоете ручки, воспитатель вам раздаст «волшебные палочки». А мне пора с вами прощаться, до новых встреч! | Инструктор вступает в диалог с детьми, выслушивает ответы, хвалит.  Педагог отдает воспитателю медали | Дети вступают в диалог с инструктором.  Дети строятся парами и организованно выходят из зала. | Дети логически выстраивают последовательность выполняемых действий, выражают свои мысли. |