

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение  
"Детский сад № 8" село Кугульта Грачевского муниципального округа Ставропольского края  
(МКДОУ Детский сад 8)

## **ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА**

**методической разработки образовательной деятельности в старшей группе по физическому развитию –**

### **"Морское путешествие"**

**Автор составитель:** инструктор по физической культуре МКДОУ Детский сад 8 село Кугульта Грачевского муниципального округа Ставропольского края **Еремина Марина Сергеевна**

**Электронный адрес:** [selukova81@mail.ru](mailto:selukova81@mail.ru)

**Персональный сайт:** -

**Тема (ОД):** "Морское путешествие"

**Форма ОД:** интегрированное.

**Учебно-методический комплект:** Образовательная программа дошкольного образования муниципального казенного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 8» село Кугульта Грачевского муниципального округа Ставропольского края, разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования и ФОП ДО, программы "От рождения до школы" под редакцией Н.Е. Вераксы., Т.С.Комаровой, Э.М.Дорофеевой.

**Методики и технологии:** здоровьесберегающие технологии, технология сохранения и стимулирования здоровья «Игровой стретчинг», ИКТ.

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение  
"Детский сад № 8" село Кугульта Грачевского муниципального округа Ставропольского края  
(МКДОУ Детский сад 8)

**Приоритетная образовательная область:** физическое развитие.

**Интеграция образовательных областей:**

**Физическое развитие** (укрепление опорно-двигательного аппарата, формирование и закрепление навыка правильной осанки, развитие подвижности кистей и пальцев рук).

**Социально-коммуникативное развитие** (положительные взаимоотношения между детьми, умение работать в команде);

**Познавательное развитие** (систематизировать знания детей о морских обитателях);

**Речевое развитие** (за счет развития диалогической, связной речи, во время ответов на поставленные вопросы);

**Цель:** способствовать профилактике плоскостопия у дошкольников с помощью гимнастических упражнений, сохранение и укрепление здоровья детей старшего возраста.

**Возрастная группа:** старшая группа

**Форма организации** (подгрупповая)

**Методы:** фронтальный, поточный

**Задачи:**

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение  
"Детский сад № 8" село Кугульта Грачевского муниципального округа Ставропольского края  
(МКДОУ Детский сад 8)

**Оздоровительные:**

- способствовать укреплению опорно - двигательного аппарата;
- формировать и закреплять навык правильной осанки;
- охрана жизни и укрепления здоровья детей;
- формировать потребности детей о разнообразии гимнастических упражнений;
- развивать подвижность кисти и пальцев рук.

**Обучающие:**

- упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя;
- закреплять знания детей о разнообразии гимнастических упражнений;
- расширять кругозор детей об обитателях морских глубин.

**Развивающие:**

- упражнять в ходьбе с разным положением рук и беге в разном темпе; в сохранении равновесия при ходьбе по гимнастической скамье, в прыжках на двух ногах с продвижением вперед;
- совершенствовать технику основных движений, добиваясь легкости, точности, выразительности их выполнения;
- развивать умение ориентироваться в пространстве, быстро реагировать на смену основных видов деятельности;
- развивать физические качества (силу, быстроту, ловкость, гибкость);
- развивать координацию движения, чувство ритма, желание красиво двигаться;
- развивать мелкие мышцы кистей рук;
- развивать слуховое внимание и память;
- пробудить творческую активность детей, стимулировать воображение, желание включаться в двигательную деятельность;
- развивать интеллектуальные способности детей путем связи физкультуры с другими предметами.

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение  
"Детский сад № 8" село Кугульта Грачевского муниципального округа Ставропольского края  
(МКДОУ Детский сад 8)

**Воспитательные:**

- формировать положительные взаимоотношения между детьми, умение работать в команде, помогать друг другу;
- обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка; воспитывать выдержку, настойчивость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию;
- продолжать формировать привычку оказывать посильную помощь в подготовке спортивного инвентаря к занятиям по физической культуре и его уборке; создавать условия для развития у детей положительного эмоционального состояния.

**Демонстрационный материал и оборудование:** видеопроектор, экран, музыкальное сопровождение « Шум моря», « Три кота «Море», музыка для стретчинга; две гимнастических скамьи, тоннель, гимнастические маты, 8 ковриков, 8 массажных мячиков, дорожка здоровья.

Задачи	Деятельность инструктора по физической культуре	Деятельность детей
<b>Организационный этап 1 минута</b>		
Введение в ситуацию. <b>Задачи:</b> -мотивировать детей на включение в коммуникативную деятельность; -побуждать детей	Ребята, вы живете на большой планете. Как называется наша планета? <b>(Слайд 1)</b> А еще нашу планету называют «голубая»? А почему же она «голубая»? <b>(Слайд 2)</b> Правильно, ребята. Нашу планету	Дети заходят в зал и строятся в шеренгу. Дети приветствуют гостей. (ответы детей)

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение  
 "Детский сад № 8" село Кугульта Грачевского муниципального округа Ставропольского края  
 (МКДОУ Детский сад 8)

<p>вступать в диалог;                  -формулировать вывод о том, что занятия физкультурой необходимы для здорового образа жизни</p>	<p>омывают моря, океаны. А сколько морских обитателей здесь в водных просторах!  <b>(Слайд 3)</b>                  Сегодня вы отправитесь в морское путешествие по водным просторам, окажетесь на морском дне, познакомитесь с обитателями морей. Вы хотите вместе со мной погрузиться на морское дно?                  Ребята, закройте глаза и представьте, что вы стоите на морском побережье. Глазки открываются и удивляются.  <b>(Слайд 4)</b></p>	<p>Дети: Да</p> <p>Дети закрывают глаза.</p>
<p><b>Вводная часть - 3 минуты</b></p>		
<p><b>Задачи:</b>                  -мотивировать детей на включение в двигательную и</p>	<p><b>Инструктор по ф.к.:</b> В одну шеренгу становись! Ребята, чтобы отправиться на морское дно, что вам надо для подводного плавания?</p>	<p>(ответы детей) Надеть ласты, акваланг, трубка маску.</p>

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение  
"Детский сад № 8" село Кугульта Грачевского муниципального округа Ставропольского края  
(МКДОУ Детский сад 8)

<p>коммуникативную деятельность;</p> <p>Создание условий для развития у детей положительного эмоционального состояния.</p>	<p>Направо! По морскому берегу шагом марш!</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Ходьба обычная.</li><li>- Ходьба на полусогнутых ногах, руки на коленях (погружение в воду)</li><li>- Ходьба гуськом (погружение под воду)</li></ul> <p><b>Инструктор по ф.к.:</b> Ребята, не будем нарушать тишину, не отплывать далеко друг от друга. Как красиво на морском дне! <b>(Слайд 5)</b></p> <p>Посмотрите вправо, влево.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Ходьба на носках (высокие красивые водоросли)</li><li>- Ходьба с высоко поднятием колен (морские коньки)</li><li>- Ходьба на пятках, руки согнуты за голову (идем по морским камешкам)</li><li>- Встреча с дельфинами (прыжки)</li></ul> <p><b>(Слайд 6)</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Бег змейкой (попали в сильное</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Ходьба обычная.</li><li>- Ходьба на полусогнутых ногах, руки на коленях (погружение в воду)</li><li>- Ходьба гуськом (погружение под воду)</li><li>- Ходьба на носках (высокие красивые водоросли)</li><li>- Ходьба с высоко поднятием колен (морские коньки)</li><li>- Ходьба на пятках, руки за согнуты за голову (идем по морским камешкам)</li><li>- Встреча с дельфинами (прыжки)</li><li>- Бег змейкой (попали в сильное течение)</li><li>- Ходьба обычным шагом</li></ul>
--	---	--

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение  
 "Детский сад № 8" село Кугульта Грачевского муниципального округа Ставропольского края  
 (МКДОУ Детский сад 8)

	течение) - Ходьба обычным шагом (восстановить дыхание) <b>Инструктор по ф.к.:</b> Ребята, вот вы и на морском дне. Сколько здесь красивых рыбок и морских обитателей! Я вижу риф, у которого будет удобно наблюдать за ними. Займите удобные места на ковриках (Слайд 7)	Заняли удобные места на ковриках.
<b>Основная часть. ОРУ 18 мин</b>		
Задачи: -актуализировать имеющиеся у детей представления о морских обитателях;  Побуждать детей к перевоплощению в морских	<b>1.Рыбки</b> (И. п. – стойка ноги вместе руки на пояс) 1-наклон головы; 2.И.п.; 3-наклон влево; 4-и.п. <b>2. Морской угорь</b> (И.п. – стоя.) Дыхательная гимнастика 1- глубокий вдох; 2 –выдох ш-ш-ш <b>3.Ракушка</b> (И.п. – сидя, руки вверх прямые) 1-наклон вперед, коснуться до пальцев ступни; 2 –и.п. <b>4.Рак отшельник</b> (И.п. – сидя на	<b>1.Рыбки</b> (И. п. – стойка ноги вместе руки на пояс) 1-наклон головы; 2.И.п.; 3- наклон влево; 4-и.п.  <b>2. Морской угорь</b> (И.п. – стоя.) Дыхательная гимнастика 1-глубокий вдох; 2 –выдох ш-ш-ш  <b>3.Ракушка</b> (И.п. – сидя, руки вверх прямые)1-наклон вперед, коснуться до пальцев ступни; 2 –и.п.  <b>4.Рак отшельник</b> (И.п. – сидя на полу, ноги согнуты , руки

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение  
 "Детский сад № 8" село Кугульта Грачевского муниципального округа Ставропольского края  
 (МКДОУ Детский сад 8)

<p>обитателей через выполнение гимнастических упражнений;</p> <p>Развитие умения ориентироваться в пространстве, быстро реагировать на смену основных видов деятельности;</p> <p>Фиксация затруднений детей</p> <p>Формирование привычки оказывать посильную помощь в сборе</p>	<p>полу, ноги согнуты, руки упор на ладони сзади)                  1-продвижение ступней вперед;                  2-и.п.  <b>5. Черепаха</b> (И.п. – сидя на полу, ноги согнуты, руки обхват колени; 1- колени выпрямить, руки в стороны; 2 – и.п.)  <b>6. Крабы</b> (И.п. – сидя на полу, ноги на ширине плеч в опоре стопами на пол, опора руки сзади)                  1-4- ходьба вперёд;                  5-8 -ходьба назад).  <b>7.Акула</b> (И.п.- лежа на спине, ноги прямо, руки сомкнув в замок над головой)                  1-Перекат влево; 2 –перекат вправо  <b>8.Тюлени</b> (И.п. – лежа на животе, руки согнуты в локтях)                  1- руки вперед хлопок; 2- и.п.  <b>9. Рыба - пила</b> (и.п.- лежа на животе, руки согнуты перед</p>	<p>упор на ладони сзади)1-продвижение ступней вперед; 2-и.п.</p> <p><b>5. Черепаха</b> (И.п. – сидя на полу, ноги согнуты, руки обхват колени; 1- колени выпрямить, руки в стороны; 2 – и.п.)</p> <p><b>6. Крабы</b> (И.п. – сидя на полу, ноги на ширине плеч в опоре стопами на пол, опора руки сзади)                  1-4 - ходьба вперёд;                  5-8 - ходьба назад);</p> <p><b>7.Акула</b> (И.п.- лежа на спине, ноги прямо, руки сомкнув в замок над головой)                  1-Перекат влево; 2 –перекат вправо</p> <p><b>8.Тюлени</b> (И.п. – лежа на животе, руки согнуты в локтях)                  1- руки вперед хлопок; 2- и.п.</p> <p><b>9. Рыба – пила</b> (и.п.- лежа на животе, руки согнуты перед собой)1- руки вперед; 2- руки в стороны; 3- Руки к туловищу; 4- быстрое движение ног.</p>
---	---	---

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение  
 "Детский сад № 8" село Кугульта Грачевского муниципального округа Ставропольского края  
 (МКДОУ Детский сад 8)

спортивного инвентаря;	собой) 1- руки вперед; 2- руки в стороны; 3- Руки к туловищу; 4- быстрое движение ног. Дыхательная гимнастика	Повторяют упражнение «Морской угорь»
<b>ОВД.</b>		
Формирование потребности детей в выполнении разнообразных видов гимнастических упражнений  Фиксация затруднений детей	<p><b>Инструктор:</b> Ребята, смотрите, сколько мусора на морском дне <b>(Слайд8)</b>                  Как вы думаете, кто загрязняет морские просторы? Это вредит морским обитателям? Вы сможете очистить морское дно? Ребята вас ждут препятствия, вы не боитесь? Давайте поможем морским обитателям.</p> <p><b>Круговая тренировка</b>  <b>Инструктор:</b> показ упражнений</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- дорожка здоровья;</li> <li>-двигаются по узкой скамье, перешагивая через препятствия;</li> <li>- прыгают со скамьи на мат (прыжок на согнутые ноги);</li> <li>-передвигаются в пещеру;</li> </ul>	<p>(ответы детей).</p> <p>Показ упражнений:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- дорожка здоровья;</li> <li>-двигаются по узкой скамье, перешагивая через препятствия;</li> <li>- прыгают со скамьи на мат (прыжок на согнутые ноги);</li> <li>-передвигаются через тоннель;</li> <li>- ползание по гимнастической скамье на животе, подтягиваясь руками;</li> <li>- прыжки на согнутые ноги;</li> <li>- ходьба по ребристой доске;</li> </ul>

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение  
 "Детский сад № 8" село Кугульта Грачевского муниципального округа Ставропольского края  
 (МКДОУ Детский сад 8)

	<p>-ползание по гимнастической скамье на животе, подтягиваясь руками;                  - прыжки на согнутые ноги;                  - ходьба по ребристой дорожке;                  -ходьба по кораллам;                  - собирают мусор и бросают в корзину;                  - берут на «риффе» морские огурцы и катают между ладонями</p> <p>Ребята, посмотрите, какое море чистое. ( Слайд 9)                  Вы молодцы! Ребята, что же надо делать, чтобы наше море оставалось чистым и прозрачным?</p>	<p>-ходьба по кораллам;                  - собирают мусор и бросают в корзину;                  - берут на « рифе» морские огурцы, катают между ладоней</p> <p>Ответы детей.</p>
	<b>Подвижная игра «Акула»</b>	
<p>Формирование положительного взаимоотношения между детьми, умение работать в команде;                  Повысить</p>	<p>Ребята, вам надо выбрать акулу с помощью считалочки. Кто знает морскую считалочку? Давайте выучим считалку (Слайд 10)                  Плыл по морю чемодан,                  В чемодане был диван.                  С чемодана выпал слон,</p>	<p>Дети становятся в круг.</p> <p>Ребенок акула, а остальные дети рыбки. Дети – рыбки</p>

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение  
 "Детский сад № 8" село Кугульта Грачевского муниципального округа Ставропольского края  
 (МКДОУ Детский сад 8)

эмоциональный тонус детей;  Разучивание считалки.	Кто не верит - выйди вон. Раз, два, три - акула рыбок лови. Рыбки переплывают на другую сторону. Акула ловит рыбок, кого поймали, тот садится на скамейку.	строятся в шеренгу. Акула ловит рыбок, кого поймали, тот садится на скамейку.
<b>Заключительная часть. Релаксация. 3 мин.</b>		
Рефлексия	(звучит спокойная музыка) <b>Малоподвижная игра.</b> <b>Стретчинг.</b> Выполнение игровых упражнений стретчинга. - Цветок актиния (Слайд 11) - осьминог (Слайд 12) - Морская звезда (Слайд 13)  <b>Инструктор:</b> Ребята, у нас заканчивается кислород, за нами пришел корабль. Приготовиться к поднятию на поверхность воды. (Слайд14) Снять ласты, акваланг, маски. <b>Дыхательная гимнастика.</b> Сделали глубокий вдох и выдох	Дети сели в круг поза лотоса.  Выполнение игровых упражнений.  Снять ласты, акваланг, маски.  Выполняют упражнения.

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение  
"Детский сад № 8" село Кугульта Грачевского муниципального округа Ставропольского края  
(МКДОУ Детский сад 8)

<p>Организация перехода к другому виду деятельности</p>	<p>и делаем плавные движения кистями рук – имитация волн. Добрый ветерок поет нам песенку. Ребята, вот вы и вернулись в наш детский сад, путешествие у нас с вами закончилось. -Ребята, где вы сегодня были? - Чем вы занимались? -Каких морских обитателей вы видели? - Какие задания были для вас сложным? - Какое самым простым? Сегодня вы все справились с заданиями. Молодцы! Мне понравилась с вами играть.</p> <p>Построились в шеренгу. Равняйся! Смирно! Вольно! Ребята, морские обитатели приготовили вам сюрприз, за то, что вы такие любознательные и ловкие вот такие раскраски.</p>	<p>Ответы детей.</p> <p>Дети благодарят за подарки. (дети прощаются с гостями и выходят из зала)</p>
---	--	--

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение  
"Детский сад № 8" село Кугульта Грачевского муниципального округа Ставропольского края  
(МКДОУ Детский сад 8)

	<p>В свободное время, вы можете воспользоваться раскрасками «Морские обитатели».</p> <p>А теперь нам пора отправляться в группу.</p>	
--	--	--