

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №1» города Сорочинска Оренбургской области

КОНСПЕКТ
СПЕЦИАЛЬНО ОРГАНИЗОВАННОЙ СОВМЕСТНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВЗРОСЛОГО И ДЕТЕЙ

ТЕМА: «ЛЯГУШКИ - ПОПРЫГУШКИ»
(В СРЕДНЕЙ ГРУППЕ)

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ – ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ

ПОДГОТОВИЛА:
ВОСПИТАТЕЛЬ ФРОЛОВА ВАЛЕНТИНА ПАВЛОВНА

СОДЕРЖАНИЕ

№	Раздел	Стр.
I.	Пояснительная записка	3
II.	Конспект специально организованной совместной образовательной деятельности взрослого и детей:	
1)	организационно-методическая информация;	4
2)	примерный ход специально организованной совместной образовательной деятельности взрослого и детей;	7
3)	дальнейшая разработка темы;	13
III.	Список литературы	14
IV	Приложение	15

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В настоящее время ученые и практики констатируют возникающее противоречие между декларируемыми ценностями здоровья, здорового образа жизни и тем фактом, что все большее количество детей имеют отклонения в психофизическом развитии. Происходит понимание того, что здоровье - это не просто отсутствие болезней, а полнота жизненных сил, гармоничное развитие личности и ее взаимосвязи с окружающим миром. Статистика говорит о том, что количество детей с 1-й группой здоровья катастрофически снижается (*рост нарушений опорно-двигательного аппарата, нарушения в развитии речи, гиперактивность или заторможенность*). Причинами являются ухудшение экологии, невысокий уровень материального благосостояния, уменьшение двигательной активности.

В настоящее время перед ДОУ остро стоит вопрос о путях совершенствования работы по укреплению здоровья, развитию движений. Для решения этой проблемы недостаточно традиционных форм и методов работы по физическому развитию дошкольников. Современная физкультура в дошкольном учреждении должна предупреждать заболевания, то есть быть профилактической. Одной из таких технологий является фитбол-гимнастика. Это современная форма корректирующей гимнастики, которая имеет преимущество перед традиционными методиками, поскольку позволяет решать оздоровительные, воспитательные и образовательные задачи. Использование инновационной технологии повышает эффективность физкультурно-оздоровительной работы ДОУ.

Фитбол - гимнастика благоприятно воздействует на все системы организма ребенка (сердечно - сосудистую, дыхательную, выделительную системы и т. д.), снимает психическое напряжение, повышает умственную и физическую работоспособность, улучшает самочувствие. У детей формируются практические навыки здорового образа жизни, потребность в систематических занятиях физкультурой и спортом.

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ИНФОРМАЦИЯ

№	Организационно-методическая информация	Содержание
1.	Тема образовательной деятельности	«Лягушки -попрыгушки»
2.	Доминирующая образовательная область	Физическое развитие
3.	Виды деятельности детей	Двигательная: (игровые) физические упражнения, подвижная игра «Цапля и лягушка». Коммуникативная: ответы на вопросы, отгадывание загадки.
4	Методы и приемы реализации содержания занятия	
4.1	Общепедагогические методы и приемы	<p>Словесные методы: при выполнении физических упражнений, называть упражнения - ОРУ(наклоны головы и т.д.), в строевых упражнениях (перестроение в два звена), объяснение при выполнении ОВД (прокатывать мяч вокруг предметов, сзади двумя руками, стараться не задевать их, близко к друг другу не подходить; прыгать на фитболах вокруг предметов держась за ручки, спину держать прямо).</p> <p>Команды (направо: в перестроении из шеренги в колонну по одному; в построении в два звена)</p> <p>Практический метод: показ физических упражнений (при выполнении ОРУ, при ОВД)</p> <p>Инструктивно – практический метод: выполнение действий по показу и объяснению действий педагога.</p> <p>Методы стимулирования и мотивации деятельности: игровая ситуация (педагог приглашает детей отправиться в«болотное царство» к лягушатам, что бы научиться с помощью специальных упражнений укрепить свое здоровье). Игровая ситуация способствует мотивации деятельности детей.</p>
4.2	Методы и приемы, характерные для специфических видов деятельности	<p>Метод строго регламентированного упражнения. Упражнение выполняется в строго заданной форме и с точной нагрузкой по объему и интенсивности. Также точно дозируются интервалы отдыха между упражнениями. Благодаря этому методу обеспечиваются оптимальные условия для освоения двигательных умений и навыков, развития психофизических качеств.</p> <p>Игровой метод. Предполагает использование упражнений в игровой форме. В процессе игровых действий развиваются познавательные способности, морально-волевые качества, формируется поведение ребенка. Подвижная игра способствует здоровьесбережению дошкольников</p>

5.	Интеграция образовательных областей	<u>Художественно - эстетическое развитие (музыка)</u> :использование музыкального сопровождения в двигательной деятельности детей направленное на овладение музыкально-ритмической деятельностью.
6.	Возрастная группа	Средний дошкольный возраст (4 -5 лет).
7.	Цель	Создание условий для сохранения и укрепления здоровья детей по средствам использования упражнений на фитболах.
8.	Задачи	Планируемые результаты
8.1	Формировать умения правильно выполнять общеразвивающие упражнения с использованием гимнастических мячей; Упражнять в прыжках на фитболах с продвижением вперед; в прокатывании их «змейкой».	Дети по показу педагога правильно выполняют общеразвивающие упражнения, следят за сохранением правильной осанке сидя на мяче. Прокатывают мяч сзади двумя руками, соблюдая дистанцию. Сохраняют равновесие при прыжках на фитболах.
8.2	Развивать координацию движений, мышечную силу путем выполнения упражнений на мячах.	Сохраняют координацию движений. Умеют выполнять упражнения для развития физических качеств.
8.3	Воспитывать бережное отношение к своему здоровью.	Ребенок применяет полученные умения и навыки для укрепления здоровья
9.	Возможные затруднения детей и способы их преодоления	
	<i>Затруднения</i>	<i>Способы преодоления</i>
9.1	Удерживаться на фитболе сохраняя равновесие.	Напоминание об исходном положении на фитболе в течение занятия (ноги стоят широкой дорожкой, стопы параллельно друг другу, не отрываясь от пола).
9.2	Не сохраняются интервалы между детьми при прокатывании мяча между предметами.	Напоминать детям о том, что нужно прокатывать мяч не мешать друг другу, соблюдать дистанцию.
10.	Организация среды для проведения занятия (образовательной деятельности)	Оформление физкультурного зала: «Болотное царство». Литературный ряд: загадка, релаксации в стихотворной форме, чтение стихотворения о лете. Музыкальный ряд: музыкальное сопровождение на протяжении всего занятия («Физкультурный марш» И. Дунаевского, песня «Лягушачий хор», музыка для релаксации). Физкультурное оборудование: фитболы по количеству детей, кегли.

		ТСО: музыкальный центр
11.	Подготовка к образовательной деятельности на занятии в режимные моменты	Рассматривание альбомов: «Подводный мир», «Земноводные». Подвижные игры: «Цапля и лягушки», «Лягушки». Утренняя гимнастика: «Веселые лягушата»

ПРИМЕРНЫЙ ХОД СПЕЦИАЛЬНО ОРГАНИЗОВАННОЙ СОВМЕСТНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВЗРОСЛОГО И ДЕТЕЙ

№	Этап	Содержание	Примечания
I.	Вводная часть		
1.1	Введение в тему	<p>Дети заходят в физкультурный зал, который декорирован в виде болота и строятся в шеренгу.</p> <p>Проверка осанки и равновесия.</p> <p>Инструктор по ф/к.: Физкульт -</p> <p>Дети: Привет!</p> <p>Инструктор по ф/к.: Дети давайте возьмемся за руки (Организационный момент).</p> <p>Этюд «Здравствуй, солнце золотое!».</p> <p>Здравствуй, солнце золотое! Поднимают руки вверх.</p> <p>Здравствуй, небо голубое!</p> <p>Здравствуй, матушка-земля! Опускают руки вниз.</p> <p>Здравствуйте, мои друзья!». Разводят руки в стороны</p> <p>Что такое лето?</p> <p>Это много света,</p> <p>Это поле, это лес,</p> <p>Это тысяча чудес.</p> <p>Это быстрая река,</p> <p>Это в небе облака,</p> <p>Это яркие цветы.</p> <p>Это в мире сто дорог,</p> <p>Для ребячьих ног.</p> <p>Создание игровой ситуации: Ребята, я предлагаю вам отправиться в необычное путешествие в «болотное царство»! А к кому узнаете, отгадав мою загадку.</p> <p>Летом в реке Ее вы найдете, Зеленая квакушка. Кто это?</p> <p>Дети: Лягушка.</p>	4 мин.

		<p>Правильно, это лягушата. Лягушата делают специальную зарядку для укрепления мышц, чтобы быть здоровыми! А вы хотите быть здоровыми?</p> <p>Но для того чтобы отправиться в путь необходимо превратиться в маленьких лягушат. Я скажу заклинание, а вы мне ответите как лягушата:</p> <p>Вот лягушка по дорожке, Скачет, вытянувши ножки, Увидала комара, закричала...</p> <p>Дети: Ква – ква - ква! (Дети одевают маски лягушат)</p> <p>Вот, мы и стали лягушатами.</p> <p><u>Занимательная разминка.</u> (Способ организации поточный)</p> <p>Мы шагаем друг за другом Лесом и летним лугом Мы походим на носках Мы идем на пятках (ходьба на носках; на пятках)</p> <p>Вот проверили осанку И свели лопатки. Крылья пестрые мелькают, В поле бабочки летают. Раз, два, три, четыре, Полетели, закружились (бег друг за другом)</p> <p>Тишина стоит вокруг. Дальше глубже в лес зашли, Налетели комары. Руки вверх – хлопок над головой, Руки вниз – хлопок другой. Комаров всех перебьем И к болоту подойдем. Перейдем преграду вмиг И по кочкам прыг, прыг, прыг (прыжки)</p> <p>Раз, два, три, четыре, пять. Ни за что нас не догнать - Бег в колонне, переход на ходьбу.</p>	<p>Лягушата, направо, в обход по залу шагом марш!</p> <p>Ходьба в колонне по одному. Дети идем на носочках руки на поясе, спинку держим прямо. Теперь идем на пятках. Побежали друг за другом, дышим носиком. Близко к друг другу не подходим. Хлопки выполняем прямыми руками Прыгаем на двух ногах, ноги полусогнуты. Бегаем легко, дышим носиком. Ходьба.</p>
--	--	--	--

		(ходьба)	
1.2	Мотивация деятельности детей	Научить детей с помощью фитбол – гимнастики укреплять свое здоровье.	
1.3	Целеполагание	Путешествие в болотное царство, чтобы научиться выполнять упражнения для укрепления мышц.	
II. Основная часть:			
2.1	Актуализация ранее приобретенных знаний	<p>Посмотрите, вот мы с вами попали на болото, сколько здесь кувшинок, давайте вдохнем их аромат (упражнение на дыхание «Кувшинка»).</p> <p>Дети, идем друг за другом и берем фитболы.</p> <p>Первая направляющая идет к «камышу», второй ведущий идет к «кувшинке».</p> <p>Тишина, лягушата еще спят.</p> <p>На болоте между кочек, К лету вырос городочек, Солнышко взойдет едва, В городке поют: «Ква-ква!».</p> <p>Наступило утро, проснулись лягушата.</p> <p>Ква-ква! – надо, надо, братцы, Нам зарядкой заниматься!</p> <p>1.Общеразвивающие упражнения на фитболах «Лягушачья разминка». (Способ организации фронтальный)</p> <p>1.И.п.: сидя за фитболом, руки на фитболе. Наклоны головы вправо, влево. Темп средний, присед с опорой руками на мяч, колени в стороны.</p> <p>2.И.п.: сидя на фитболе, ноги на ш.п. руки на поясе, поднимание плеч вверх, вниз.</p> <p>3.И.п.:ноги на ш.п. руки на поясе, руки в стороны вернуться ви.п. Стопы стоят параллельно друг другу.</p> <p>4. И.п: тоже, руки на поясе, наклон туловища вправо (влево).</p> <p>5.И.п: тоже, руки на поясе, повороты вправо (влево).</p>	<p>Продолжительность части 13 мин.</p> <p>Вдыхаем через нос, выдыхаем через рот.</p> <p>Кругом, вперед на вытянутые руки разомкнись!</p> <p>Занимайте свои «кочки», садитесь на корточки за фитболами.</p> <p>Дозировка 5 раз.</p> <p>Дети спинку держим прямо.</p> <p>Дозировка 5 раз</p> <p>Ноги от пола не поднимаем, руки на поясе.</p> <p>Дозировка 5 раз</p> <p>Руки прямые, старайтесь удерживать</p>

		<p>6.И.п.: сидя на фитболе, руками держаться за ушки, стопы прижаты к полу и параллельны друг другу, покачивание вправо-влево на фитболе. Следить за правильным положением туловища на фитболе.</p> <p>7. «Прыжки на фитболе» в чередовании с ходьбой. И.п.: тоже. Выполнить по два подхода по 15 с.</p> <p>Подул легкий ветерок. Упражнение на дыхание «Ветерок». Лягушата сидели, сидели и стали они прыгать на своей «кочке» (мячи). Будем прыгать, как лягушка, Чемпионка - попрыгушка. За прыжком — другой прыжок, Выше прыгаем, дружок! 2. Основные виды движений. А)прыжки на фитболах вокруг кеглей «змейкой»(способ организации поточный).</p> <p>Лягушата устали прыгать, и стали катать свои «кочки» (мячи). Я качу, качу, качу, Обогнать я всех хочу! Б)прокатывание фитболов между кеглями «змейкой».</p>	<p>равновесие. Дозировка 5 раз. Следим за сохранением осанки, спинку держим прямо. Дозировка 5 раз. Следим за сохранением осанки, ноги от пола не отрываем. Дозировка 5 раз. Держимся за ушки, покачиваемся вправо - влево. Ноги от пола не отрываем. Спинку держим прямо, ноги от пола не отрываем.</p> <p>Держимся за ручки, и прыгаем вокруг «камышей» змейкой. Спинку держим прямо, при прыжках близко кдруг другу не подходим.Прыгая на мячах, мыбудем с вами ловкими. Прокатываем «кочку» сзади двумя</p>
--	--	--	---

		<p>Прямо в небо мы глядим Лежат ровно пяточки, Плечики, лопаточки. Спинка ровная, прямая А могла бы быть кривая.</p> <p>Было славно отдыхать, А теперь пора вставать! «Раз, два, три, четыре, пять – превращаемся в ребят». Вы теперь ребята и нам пора возвращаться в д/сад. Рефлексия: ребята, скажите, с какими упражнениями мы с вами познакомились? А для чего мы с вами их выполняли? Правильно, чтобы укрепить свое здоровье.</p>	<p>Продолжительность образовательной деятельности 20мин.</p>
--	--	---	---

ДАЛЬНЕЙШАЯ РАЗРАБОТКА ТЕМЫ

№	Культурные практики/ виды деятельности детей/ мероприятия	Содержание	Примечание
I.	Совместная образовательная деятельность взрослого и детей в режимных моментах		
1.1	Динамические часы, утренняя гимнастика, развлечения, подвижные игры, танцевальные композиции.	Выступления на родительских собраниях; концертах, на спортивных праздниках и развлечениях ДОУ. Использование в играх эстафетах.	В детском саду
II.	Самостоятельная деятельность детей в свободной деятельности		
2.1	Ребенок сам		
	Игровая деятельность	Сюжетно – ролевые игры.	В детском саду и семье
	Двигательная деятельность	Подвижная игра «Цапля и лягушка», «Лягушки», игры соревнования, игровые упражнения.	В детском саду и семье
2.2	Ребенок по приглашению педагога		
	Индивидуальная работа	Упражнять ребенка в сохранении равновесия при выполнении прыжков на фитболе.	В детском саду

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Веселовская, С.В. Фитбол тренинг [Текст] / С.В. Веселовская, О.Ю. Сверчкова, Т.В. Левчинкова // Пособие по фитбол-аэробике и фитбол-гимнастике. - М.: ННОУ Центр «Фитбол», 1998.
2. Евдокимова Т.А., Клубкова Е.Ю., Дидур М.Д. «Фитбол- гимнастика в оздоровлении организма». Изд. СПГМУ им. И.П. Павлова, С.-П. 2000.
3. Кузьмина С.В. Возможности применения фитболов в различных оздоровительных занятиях с детьми дошкольного и младшего школьного возраста. СПб.РГПУ им А.И.Герцена,2010
4. Потапчук А.А., Т.С. Овчинникова «Двигательныйигротренинг для дошкольников»
5. Потапчук А.А. , Лукина Г.Г. «Фитбол – гимнастик в дошкольном возрасте» изд. СПГАФК им. Лесгафта, С-П. 1999