

*Адутова Роза Наифовна,
инструктор по физической культуре высшей кв. категории
обособленного структурного подразделения - детский сад № 36 «Ласточкино гнездышко»
МАДОУ детский сад «Росток»*

Пояснительная записка к конструкту образовательной деятельности с детьми 6-7 лет на тему: «Путешествие на стадион»

Основой для разработки конструкта являются Программа физического развития детей 3-7 лет «Будь здоров, дошкольник!» (автор Т.Э.Токаева) и методическое пособие «Технология физического развития детей 6 – 7 лет» (авторы Т.Э Токаева, Кустова Л.Б.), включённые в учебно-методический комплект Основной образовательной программы детского сада № 36 «Ласточкино гнездышко». Программа физического развития детей 3-7 лет «Будь здоров, дошкольник!» составлена в соответствии с требованиями федерального государственного стандарта дошкольного образования. Таким образом, непосредственно образовательная деятельность выстроена в контексте новой парадигмы образования, согласно которой физическое развитие рассматривается как последовательный процесс, в ходе которого ребёнок приобретает двигательный опыт, творчески и активно воспроизводит его в физкультурно-оздоровительных видах деятельности и утверждает себя как субъекта физической культуры.

Физкультурно-оздоровительная деятельность направлена на реализацию принципов:

- доступности, в соответствии с которым учитываются возрастные особенности воспитанников;
- систематичности и последовательности, соблюдающего дидактические правила «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному»;
- индивидуально-дифференцированной направленности, согласно которого определены образовательные маршруты для детей и педагогическая техника взаимодействия педагога с ребёнком в зависимости от этапа обучения (методика Т.Э Токаевой);
- поддержки инициативы детей в двигательной деятельности посредством предоставления им возможности самостоятельно выбирать физкультурный инвентарь, способы выполнения двигательных заданий и физических упражнений, партнёра для совместной двигательной деятельности;
- обеспечения эмоционально-психологического комфорта через создание игровой мотивации.

Организация работы по решению задач, поставленных в конструкте, осуществляется с учётом общенаучных ***методологических подходов:***

- лично-ориентированный, учитывающий интересы и возможности ребёнка;
- деятельностный, создающий предпосылки для развития у ребёнка мотивации, рефлексии и способов самореализации.

Цель образовательной деятельности: пропаганда здорового образа жизни через приобщение детей к физической культуре и спорту; мотивирование детей старшего дошкольного возраста к подготовке и выполнению нормативов и требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО.

Реализация данной цели связана с решением комплекса обучающих, развивающих, воспитательных и оздоровительных задач (см. конспект).

Внесённые изменения в целеполагание и содержание занятия являются авторскими (собственными) и обусловлены внедрением в практику кинезиологических упражнений, **инноваций** (инновационная практика «Верёвочный парк») и испытаний (тестов) для мотивации детей к выполнению нормативов ВФСК ГТО.

Актуальность содержания непосредственно образовательной деятельности по теме «Путешествие на стадион» обоснована необходимостью реализации задач по выполнению воспитанниками 6 – 7 лет установленных нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО)". Основанием для данной деятельности является Указ Президента Российской Федерации от 24 марта 2014 г. N 172 "О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "Готов к труду и обороне" (ГТО)".

Поскольку непосредственное выполнение воспитанниками установленных нормативов ВФСК ГТО в практику образовательной деятельности детского сада введено сравнительно недавно, её можно отнести к инновационной деятельности.

Мотивацией к деятельности является игровая ситуация: путешествие на стадион и **мотивация личной заинтересованности:** заниматься физической культурой, чтобы быть здоровым, сильным, ловким и выполнить нормативы ГТО.

Передвигаясь по стадиону и переходя из одного сектора в другой вместе с мультяшным героем ГТОшкой, дети выполняют физические упражнения, двигательные задания, совершенствуют навыки основных движений.

Дозирование физической нагрузки (её объем и интенсивность) определено с учётом состояния здоровья детей, физического развития, физической подготовленности воспитанников и основывается на результатах педагогической диагностики физического развития и здоровья (автор Т.Э.Токаева).

Характеристика группы

У детей развита крупная и мелкая моторика, они владеет разными видами ходьбы, бега, прыжков, разными способами лазания, ползания, бросания и ловли мяча, могут контролировать свои движения и управлять ими. Дети способны произвольно регулировать свои движения, достаточно адекватно оценивать результаты своего участия в подвижных, спортивных играх соревновательного характера. Проявляют устойчивое стремление к участию в совместных подвижных играх и физических упражнениях.

Результаты педагогической диагностики физического развития и здоровья.

Мониторинг состояния здоровья показал, что у значительной части детей, посещающих дошкольное учреждение, наблюдаются различные отклонения в состоянии здоровья. Среди детей 6-7 лет только 15% имеют 1 группу здоровья, у 85 % детей – 2 группа здоровья.

Качественный уровень физической подготовленности детей составляет 96 % (диагностика Т. Э. Токаевой).

Сохранение и активное формирование здорового образа жизни и здоровья воспитанников обеспечивается посредством применения **здоровьесберегающих технологий.** **К ним относятся кинезиологические упражнения:**

- растяжки – нормализуют гипертонус и гипотонус мышц опорно-двигательного аппарата;
- дыхательные упражнения – улучшают ритмику организма, развивают самоконтроль и произвольность.

- гетеролатеральные (телесные) упражнения – развивают межполушарное взаимодействие, снимаются произвольные, непреднамеренные движения и мышечные зажимы, повышают стрессоустойчивость организма, синхронизируют работу полушарий, улучшают мыслительную деятельность, способствуют улучшению памяти и внимания;
- упражнения на релаксацию – способствуют расслаблению, снятию напряжения.

Усиление оздоровительного эффекта, обеспечивается в ходе активного использования детьми сформированных представлений о значении двигательной активности в жизни человека и способов выполнения физических упражнений в самостоятельной двигательной деятельности.

Педагогическая техника взаимодействия педагога с детьми, согласно рекомендациям программы «Будь здоров, дошкольник!», зависит от этапа обучения основным движениям и образовательного маршрута воспитанников.

На занятии применяются:

- **наглядные методы:** показ педагога, показ ребёнка, наглядные модели (схемы), демонстрация изображений на интерактивной доске;
- **словесные методы:** инструкции, напоминание, проблемный диалог и др.
- **практические методы:** выполнение физических упражнений, двигательных заданий;
- **игровой метод:** игровая ситуация;
- **соревновательный метод:** эстафеты.

Применение данных методов и приёмов обеспечивает оптимальную двигательную активность, способствует более успешному решению образовательных задач.

В связи с тем, что на занятии в большей степени актуализируется имеющийся у детей двигательный опыт, а процесс обучения навыкам основных движений находится на II и III этапах обучения, предполагаемая моторная плотность - 72%.

Конструкт образовательной деятельности с детьми 6-7 лет на тему: «Путешествие на стадион»

Возрастная группа: подготовительная к школе группа – дети 7 года жизни.

Вид деятельности: двигательная деятельность.

Форма совместной деятельности: непосредственно образовательная деятельность.

Форма организации: подгрупповая, индивидуальная, парная.

Учебно-методический комплект:

- 1.«Будь здоров, дошкольник!» (Т.Э.Токаева, М.ТЦ Сфера, 2016);
- 2.Технология физического развития детей 6 – 7 лет (Т.Э Токаева, Кустова Л.Б. М.ТЦ Сфера, 2018)
- 3.Методические рекомендации по организации проведения испытаний (тестов), входящих во ВФСК ГТО. 23.07.2014 пункт II/1
- 4.Государственные требования к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов ВФСК ГТО. Утверждены приказом Минспорта России от «08» июля 2014 г. № 575.

Средства:

визуальный ряд: фрагмент мультфильма «Все на старты ГТО», картинки-символы ВФСК ГТО; карточки-схемы выполнения физических упражнений, картинки с изображением физкультурного инвентаря.

мультимедийные: интерактивная доска, ноутбук; музыкальный центр с USB выходом;

физкультурное оборудование: свисток, коврики по количеству детей, гантели, эспандеры, диск здоровья, мячи, обручи, ленты на колечках, кольцоброс, Верёвочный парк.

Методы и приемы:

наглядные: демонстрация мультфильма, показ способов выполнения физических упражнений, карточки-схемы; картинки.

словесные: инструкции, пояснение, объяснение, вопросы; проблемный диалог.

практические: двигательные задания; физические упражнения; **соревновательный** метод: эстафеты.


игровые: игровая ситуация, подвижная игра, сюрпризный момент; **проблемные:** проблемный диалог.

Цель: пропаганда здорового образа жизни через приобщение детей к физической культуре и спорту; мотивирование детей старшего дошкольного возраста к подготовке и выполнению нормативов и требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО.

ЗАДАЧИ			
<p>Обучающие:</p> <ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать навыки ходьбы, бега, лазания; - упражнять в точности выполнения кинезиологических упражнений; - упражнять в прыжках, добиваясь естественности, лёгкости, точности, выразительности их выполнения; - формировать у детей представление о комплексе ГТО. 	<p>Развивающие:</p> <ul style="list-style-type: none"> -способствовать развитию физических качеств: скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации; -развивать пространственную ориентировку, быстроту реакции на сигнал в эстафетах; -развивать самоконтроль и самооценку. 	<p>Воспитательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> -воспитывать чувство гордости за себя, своих сверстников, свои достижения; - формировать стремление к достижению положительного результата; - воспитывать целеустремленность, выдержку, уверенность, смелость. 	<p>Оздоровительные задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> - способствовать укреплению физического и духовного здоровья; - укреплять опорно-двигательный аппарат; - укреплять дыхательную систему.

Содержание деятельности	Деятельность педагога	Деятельность детей, выполнение которой приведет к достижению запланированных	Планируемый результат

		результатов	
Этапы совместной деятельности			
Вводная часть			
I. Мотивация к совместной деятельности			
Цель: формирование представлений о комплексе ГТО и создание положительного эмоционального настроения для включения детей в деятельность.			
<p>Звучит спортивный гимн.</p> <p>Инструктор по ФК: -Равняйся! Смирно! Здравствуйте, ребята! Вам знаком этот значок? А кто скажет, для чего сдаются нормы ГТО? Чтоб здоровье укреплять, Сильным чтоб и ловким стать Нужно ведь спортивным быть, Чтоб Россию защитить. И посмотрим кто кого- Все на сдачу ГТО! Вы готовы? - Ребята скажите, пожалуйста, быть здоровым человеком – это хорошо? - А какие необходимо соблюдать правила, чтобы быть здоровым? Молодцы, всё правильно перечислили! Я приглашаю вас на спортивный стадион, чтобы начать нашу тренировку. Почему-то путь на стадион закрыт. Чтобы стадион открылся надо выполнить задание. На экране появляется задание: перечислите виды испытаний, которые входят в комплекс ГТО. После ответов детей на экране мультимедиа появляется веселый озорной человечек – ГТОшка.</p> <p>Инструктор по ФК: Ребята, я хочу познакомить вас с моим другом ГТОшкой.</p>	<p>Демонстрирует на экране видеоряд: изображение государственного флага РФ и символику ГТО.</p>  <p>Ведёт диалог с детьми.</p> <p>Демонстрирует на экране изображение стадиона.</p> 	<p>Дети входят в спортивный зал под музыку, строятся в одну шеренгу, впереди стоит ребёнок 1 образовательного маршрута.</p> <p>Участвуют в диалоге.</p> <p>Активно включаются в выполнение задания: вспоминают и перечисляют виды испытаний, входящих в комплекс ВФСК ГТО.</p> <p>Проявляют интерес, включаются в деятельность.</p>	<p>Имеет сформирован-ные представления о здоровом образе жизни, о значении двигательной активности в жизни человека.</p> <p>Имеет представление о комплексе ГТО и желание пройти испытания.</p>

<p>ГТОшка: Здравствуйте, ребята! Меня зовут ГТОшка. Я сегодня пришёл с вами потренироваться, чтобы подготовиться к сдаче ГТО. Те, кто успешно пройдёт все испытания, получат значок ГТО.</p>	<p>Актуализирует имеющиеся у детей знания. Выводит на экран мультяшного героя ГТОшку. Создаёт игровую мотивацию.</p>		
<p>II. Основная часть. Опора на имеющийся двигательный опыт детей. Цель: совершенствование навыков ходьбы, бега, прыжков, лазания. Планирование деятельности. Цель: актуализация имеющегося у детей двигательного опыта, совместное определение конкретных двигательных действий.</p>			
<p>Мы с вами в 1-ом секторе «Разминка» Инструктор по ФК Ходьба: - обычная - спиной вперёд - на носках - на пятках - с кружением вокруг себя (вправо, влево) - по прямой линии, руки в стороны (проверка равновесия) Бег: - медленный - по сигналу меняем направление на 180° - по сигналу поворот на 360° - подскоки - подскоки спиной вперёд - приставным шагом правым боком - приставным шагом левым боком - с высоким подниманием бедра - с захлестом голени - медленный Переход на спортивную ходьбу - на обычный шаг Дыхательные упражнения. ОРУ (в движении по кругу) с применением кинезиологических</p>	<p>На экране загорается сектор «Разминка».</p>  <p>III этап обучения. Задача: побудить детей к самостоятельности, активности. Педтехника взаимодействия: по ситуации выбирает роль равноправного партнёра или «ученика». Применяет вербальные методы и приёмы: метод подчёркнутого доверия, словесные инструкции, указания. Предлагает детям самим давать команду. Частично вместе с детьми выполняет знакомые им виды</p>	<p>Дети, которых назвал инструктор, отдают команды. Выполняют упражнения по команде детей.</p>	<p>Соблюдает интервалы во время передвижения. Правильно выполняет все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, лазанье). Выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, по словесной инструкции.</p>

(гетеролатеральных) упражнений.
 - И.п. - правая рука поднята вверх, левая опущена вниз. Отведение рук назад – 2 рывка, поменять руки. Один рывок на каждый шаг.
 - И.п. - кисти рук положить на плечи. Правое колено тянем к левому локтю, опуская, тянем ногу вперёд, делая шаг; левое колено тянем к правому локтю, опуская, тянем ногу вперёд, делая шаг.
 - круговые движения прямыми руками вперёд. 1 круг – 1 шаг
 - И.п. – руки вытянуть вперёд перед собой. На каждый шаг мах правой (левой) ногой коснуться левой (правой) кисти
 - И.п. – руки в стороны. Наклон вправо (влево), левую (правую) ногу согнуть в колене, отвести назад. Правой (левой) рукой задеть левую (правую) пятку.
 - наклон вниз на каждый шаг (ноги прямые, достать ладошками пол);
 - ходьба выпадами вперёд, руки на поясе.

ГТОшка: сейчас вы готовы пройти испытания и я приглашаю вас во **2-ой сектор «Джампинг»** (прыжки)

Инструктор по ФК:

-На белой дорожке выполняем прыжки, по зелёной дорожке идём спокойным шагом (отдых). Перед жёлтой дорожкой надо выбрать карточку с заданием для верёвочного парка и на жёлтой дорожке выполнить это задание. По красной дорожке идём спокойным шагом, готовимся к прыжкам.

Инновационная практика «Верёвочный парк»

ходьбы и бега.

II этап обучения

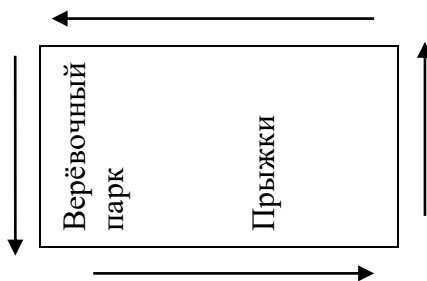
Педтехника взаимодействия: по ситуации выбирает роль равноправного партнёра или «учителя».

Выполняет упражнения вместе с детьми.

Применяет вербальные и наглядные методы и приёмы: словесные инструкции, указания, показ, замедленный показ.

II этап обучения

Показывает схему на экране.
 Схема движения детей



На экране появляется ГТОшка
 Частично показывает выполнение упражнений.
 Демонстрирует детям схему выполнения прыжков.
 Ведёт проблемный диалог.

Дети выбирают карточки с двигательными заданиями соответственно своему образовательному маршруту и выполняют упражнения.



Адекватно использует вербальные и невербальные средства общения с детьми и взрослыми.

Сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности.

Умеет работать по схеме, по образцу, в паре, слушать взрослого и выполнять его инструкции, самостоятельно выбирать способы выполнения двигательных упражнений.

Умеет перестраиваться из шеренги в 2 колонны по одному после расчета на «первый-второй».

<p>Двигательные задания на карточках дифференцированы по степени сложности для детей разных образовательных маршрутов.</p> <p>Прыжки (разметка – прямая линия).</p> <p>(Виды прыжков смотри в приложении № 1).</p> <p>ГТОшка: Молодцы ребята, теперь вы готовы к прохождению норматива ГТО «прыжки в длину и высоту».</p> <p>3. Звуковой сигнал. На экране сектор «Спортлото».</p> <p>Инструктор по ФК: -Ребята, найдите себе пару, выберите картинку с изображением физкультурного инвентаря и позанимайтесь самостоятельно.</p> <p>Инструктор по ФК: А теперь мы приглашаем вас в 4- ый сектор «Спринт» (бег на короткие дистанции). Группа, в одну шеренгу «Становись!» На 1-ый – 2-ой рассчитайся! В 2 колонны по одному становись!</p> <p>Бег Эстафеты с элементами челночного бега. - бег «змейкой» между конусов, вернуться обратно обычным бегом с ускорением; - «челночный» бег (задеть линию) и вернуться обратно, передав эстафету следующему участнику.</p>	<p>Предлагает детям по желанию выбрать физкультурный инвентарь для самостоятельной деятельности (гантели, эспандеры, диск здоровья, мячи, обручи, ленты на колечках, кольцоброс).</p> <p>III этап обучения Поощряет детей, создаёт положительный эмоциональный и соревновательный настрой.</p>	<p>Дети объединяются в пары по желанию, выбирают физкультурный инвентарь и выполняют упражнения. По сигналу пары обмениваются инвентарём. Дети встают в одну шеренгу. Рассчитываются на первый-второй, по команде перестраиваются в 2 колонны по одному.</p> <p>Участвуют в эстафетах.</p>	
---	---	--	--

Дыхательная гимнастика			
III. Заключительная часть (релакс и растяжка)			
Цель: нормализация гипертонуса и гипотонуса мышц опорно- двигательного аппарата, расслабление, снятие напряжения			
Инструктор по ФК: -Наши мышцы разогреты и самое время поработать над гибкостью. Мы отправляемся в 4-ый сектор «Стретчинг» Ребята, давайте возьмём коврики и расположимся кому, где удобно. (Растяжка). (Комплекс упражнений смотри в приложении № 2). Упражнения на релаксацию.	III этап обучения Включает спокойную музыку. Выполняет упражнения вместе с детьми.		Умеет выполнять упражнения на растяжку. Умеет управлять своим телом, выполняя релаксационные упражнения.
IV. Рефлексия. Самоконтроль.			
Цель: формирование навыков самооценки. Осознание детьми своей деятельности, самооценка результатов деятельности своей и всей группы			
Инструктор по ФК Вот и закончились наши испытания! Вы здорово потренировались! Чем вы занимались? Как вы думаете, на какой значок можно оценить ваш результат? Если вы считаете, что справились со всеми испытаниями, возьмите себе «золотой» значок ГТО, если считаете, что что-то не получилось, то возьмите «серебряный» значок.	Ведёт диалог с детьми	Оценивают себя, выбирают значок «золотой» или «серебряный».	Умеет адекватно оценивать процесс и результат своей физкультурной деятельности
V. Открытость. «Сюрпризный момент»			
ГТОшка: Молодцы ребята, вы прошли только часть испытаний, остались силовые упражнения, метание, плавание. На прощание я вам дарю мячи для метания, чтобы вы подготовились к следующим испытаниям. Давайте будем прощаться. До свидания! До новых встреч на нашем стадионе.	Прощается с ГТОшкой, показывает детям подарок от него, мотивирует детей на подготовку к следующим испытаниям.	Дети благодарят ГТОшку за подарок, прощаются с ним, под музыку выходят из зала.	Сформирована мотивация к выполнению нормативов ВФСК ГТО для дошкольников.