

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДСКОЙ ОКРУГ «ОХИНСКИЙ»
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 10 «Золушка» г. Охи
(МБДОУ детский сад № 10 «Золушка» г. Охи)

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЕМ ЗРЕНИЯ
СРЕДНЯЯ ГРУППА
«ФОРМИРОВАНИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ»**

ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ РАЛКОВА ПАВЛА НИКОЛАЕВИЧА
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждение
детский сад № 10 «Золушка» г. Охи
на 2021 - 2022 учебный год

Технологическая карта занятий по физической культуре для детей с нарушением зрения

средняя группа.

«Формирование координационных способностей»

Тема занятия: Формирование координационных способностей.

Цель занятия: формировать двигательные навыки посредством выполнения упражнений, вырабатывать умение сознательно управлять своими движениями, продолжить формировать координационные способности.

Задачи:

Образовательные задачи:

совершенствовать умения ползанья по гимнастической скамье на животе;

отрабатывать навыки ходьбы детей через предмет и ходьбы между предметами по шнуру.

Развивающие задачи:

продолжить развивать ловкость, равновесие, быстроту и лёгкость ориентации.

Воспитательные задачи:

воспитывать умение соблюдать правила игры, развивать чувство коллективизма, умение проявлять инициативность.

Планируемый результат: дети начнут сознательно управлять своими движениями, приобретут навык необходимый для повседневной жизни.

Оборудование и материалы: гимнастические скамейки, набивные мячи, конусы, шнуры, малые мячи.

Этапы занятия	Задачи этапа	Дозировка (мин.)	Деятельность инструктора ФК	Деятельность воспитанников	Методы, формы, приемы, виды коррекционной деятельности	Результат
Вводная часть	Подготовить постепенно детский организм к повышенной нагрузке. Закрепить навык правильного выполнения упражнений. Продолжить формирование навыков выполнения действий по словесной инструкции.	3 мин.	Каждое упражнение показывается инструктором, со словесной инструкцией, затем выполняется вместе с детьми под музыку.	Усвоенные движения дети выполняют после показа и словесной инструкции педагога.	Закрывать и открывать глаза. Посмотреть направо и налево. Нарисовать пальчиком полукруг вправо – влево. Показать руками на инструктора. Приклонить руки к себе. Выполняется корригирующая ходьба: ходьба на носках, руки вверх; ходьба на пятках, руки на поясе, ходьба спиной Бег в колонне друг за другом, бег с подскоком.	Продолжить умение осознанно управлять своими движениями по словесной инструкции.
Основная часть <u>ОРУ</u>	Продолжить формирование правильной осанки, развивать	5 мин.	Каждое упражнение показывается инструктором, со	Комплекс упражнений дети выполняют после показа и словесной		Закрепить навык осознанного управления своими движениями,

	<p>правильное физиологическое дыхание, использовать музыку, с целью координации движений.</p>	<p>4 – 5 раз</p> <p>3 – 4 раза</p> <p>4 раза</p> <p>3 раза</p>	<p>словесной инструкцией, затем выполняется вместе с детьми под музыку.</p>	<p>инструкции инструктора.</p>	<p>И. п. - руки вдоль туловища; 1 - руки вверх, подняться на носки; 2 - и. п.</p> <p>И. п. - стойка ноги на ширине ступни, руки вдоль туловища. Руки в стороны, присесть и хлопнуть в ладоши перед собой; подняться, руки в стороны, вернуться в исходное положение</p> <p>И. п. – сидя на полу, ноги врозь – ноги прямые, упор руками сзади.; 1 – поднять левую ногу вверх, опустить; 2 – поднять правую ногу, вверх опустить.</p> <p>И. п. - стойка ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища. Прыжки на двух ногах с поворотом кругом в</p>	<p>продолжить формирование навыка выполнения действий по словесной инструкции, закрепить навык самоконтроля за положением тела во время выполнения упражнений.</p>
--	---	--	---	--------------------------------	---	--

<p style="text-align: center;"><u>ОВД</u></p>		<p style="text-align: center;">10 мин.</p>	<p>Выполняется показ упражнения со словесной инструкцией. Обязательна страховка инструктором.</p>	<p>После показа и словесной инструкции упражнения выполняется детьми без музыки, поточно, в удобном темпе.</p>	<p>обе стороны, в чередовании с небольшой паузой между сериями прыжков.</p> <p style="text-align: center;">Основные виды движений:</p> <p>1. Ползание по гимнастической скамье на животе, подтягиваясь двумя руками за края скамейки.</p> <p>2. Ходьба, претупая через набивные мячи на полу, руки на поясе.</p> <p>3. Ходьба «змейкой» по шнуру, проложенному между конусами.</p>	<p>Закрепить навык осознанного управления своими движениями, продолжить формирование навыка выполнения действий по словесной инструкции. Развитие координации.</p>
		<p style="text-align: center;">2 – 3 раза</p>	<p>Выполняется показ упражнения со словесной инструкцией. Обязательна страховка инструктором.</p>	<p>После показа и словесной инструкции упражнения выполняется детьми без музыки, поточно, в удобном темпе.</p>	<p>1. Ползание по гимнастической скамье на животе, подтягиваясь двумя руками за края скамейки.</p> <p>2. Ходьба, претупая через набивные мячи на полу, руки на поясе.</p> <p>3. Ходьба «змейкой» по шнуру, проложенному между конусами.</p>	<p>Закрепить навык осознанного управления своими движениями, продолжить формирование навыка выполнения действий по словесной инструкции. Развитие координации.</p>
		<p style="text-align: center;">2 – 3 раза</p>	<p>Выполняется показ упражнения со словесной инструкцией. Обязательна страховка инструктором.</p>	<p>После показа и словесной инструкции упражнения выполняется детьми без музыки, поточно, в удобном темпе.</p>	<p>1. Ползание по гимнастической скамье на животе, подтягиваясь двумя руками за края скамейки.</p> <p>2. Ходьба, претупая через набивные мячи на полу, руки на поясе.</p> <p>3. Ходьба «змейкой» по шнуру, проложенному между конусами.</p>	<p>Закрепить навык осознанного управления своими движениями, продолжить формирование навыка выполнения действий по словесной инструкции. Развитие координации.</p>

<p><u>Игра</u></p>	<p>Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, по слову, быстро строится в круг.</p>	<p>3 мин. 2 – 3 раза</p>	<p>Совместный показ с воспитателем игры, устная инструкция.</p>	<p>Играющие образуют круг. Выбирается водящий. Он становится в центр круга, а остальные плотно придвигаются друг к другу, руки у всех за спиной. Инструктор дает мяч (диаметр 6-8 см), и дети за спиной передают его по кругу. Водящий старается угадать у кого мяч. Он говорит: «Руки!»— и тот, к кому обращаются, должен выставить вперед обе руки ладонями вверх, как бы показывая, что мяча у него нет. Если водящий угадал, он берет мяч и становится в круг, а тот, у кого найден мяч, начинает водить.</p>	<p>«У кого мяч?»</p>	<p>Развитие ловкости, координации, умения действовать в команде</p>
---------------------------	--	---	---	---	-----------------------------	---

<p>Заключительная часть</p>	<p>Обеспечить позитивный, эмоциональный выход из занятия. Использовать прием на регуляцию тонуса мускулатуры детей.</p>	<p>2 мин.</p>	<p>Выполняется показ упражнения со словесной инструкцией.</p> <p>Инструктор отмечает хорошо выполненную работу детей, обращает внимание на ошибки.</p>	<p>После показа и словесной инструкции дети выполняют упражнение совместно с инструктором.</p> <p>Построение.</p>	<p>Релаксационное упражнение: Реснички опускаются, Глазки закрываются, Мы спокойно отдыхаем, Сном волшебным засыпаем! Хорошо нам отдыхать! Но, увы, пора вставать! Кулачки покрепче сжали, И повыше их подняли. Потянулись, потянулись, И, конечно, улыбнулись!</p>	<p>Начать формировать навык напряжения и расслабления мышц, используя определенные приемы. Продолжить развитие правильного физиологического дыхания.</p>
------------------------------------	---	----------------------	--	---	--	--