

Районный конкурс методических разработок
«Физическая культура: актуальные методики преподавания»

Номинация:

авторские методические разработки

Занятие для воспитанников старшей группы
«Тренировка эколят»

Автор разработки:

Феоктистова Ольга Викторовна,
инструктор по физической культуре,
ГБДОУ детский сад №102
Невского района Санкт-Петербурга

Санкт-Петербург

2022

Пояснительная записка

Актуальность:

Движения – основа основ, фундамент настоящего и будущего здоровья детей, их гармоничного физического развития, важнейшее условие и средство общего развития ребенка. Основной формой систематического физического обучения детей дошкольного возраста и развития у них двигательной деятельности являются физкультурные занятия. Но традиционные физкультурные занятия не всегда дают желаемый результат: у детей довольно долго формируются основные движения, неустойчив интерес к общеразвивающим упражнениям, потому что они порой скучны и утомительны для дошкольников. Необходимо максимально эффективно использовать физкультурные занятия, включая в содержание такой учебный материал, который способствовал бы укреплению здоровья, разностороннему развитию ребёнка, доставлял ему радость, удовлетворял естественную потребность в движении. Поэтому в работе с детьми мы часто используем сюжетные (тематические) занятия по физической культуре.

Сюжетное (тематическое) занятие – одна из организованных форм проведения образовательной деятельности по физической культуре, способствующая воспитанию интереса детей к процессу выполнения упражнений. Увлекательными и интересными занятия делает сюжет (тема), который «рассказывает» о каких-либо конкретных событиях, позволяет вести физкультурно-образовательную деятельность на эмоционально-положительном фоне, удовлетворяет потребности ребенка в познании, побуждает ребенка к двигательной активности, самовыражению, снимают скованность, эмоциональное напряжение.

Почему мы выбрали экологическую тематику? В настоящее время экологические проблемы, как известно, являются общими для всего населения Земли. Стало очевидно, что от самого человека, его внутренних ресурсов, нравственных установок и ценностных ориентаций зависит существование биосферы как системы жизни. Современные проблемы

взаимоотношений человека с окружающей средой могут быть решены только при условии формирования экологического мировоззрения у всех людей, повышения их экологической грамотности и культуры, понимания необходимой реализации принципов устойчивого развития.

Экологическое мировоззрение – это продукт образования. Его становление происходит постепенно в течение многих лет жизни и учения человека. Начало же процесса падает на период дошкольного детства, когда закладываются первые основы миропонимания и практического взаимодействия с предметно-природной средой.

«В период дошкольного детства в процессе целенаправленного педагогического воздействия у детей можно сформулировать начала экологической культуры - осознание правильного отношения к явлениям, объектам живой природы, которые составляют их непосредственное окружение в этот период жизни». С. Н. Николаева.

Сегодня все больше стран, в том числе и наша, присоединяются к реализации концепции устойчивого развития. Согласно этой концепции, люди должны соблюдать законы природы и изменить свое потребительское отношение к ней на признание ее самоценности.

В отношениях «люди - природа» человек рассматривает себя как главное действующее лицо, которое может переделать свое окружение так, как ему нравится. Задача педагога у подрастающего поколения сформировать новое экологическое сознание, кем бы ни стал ребенок в будущем, он должен хорошо понимать свою роль в окружающем мире, осознавать последствия своих действий, иметь представления о законах природы.

Таким образом физкультурные занятия на экологическую тематику создают благоприятные условия для совершенствования основных движений, для их неоднократного выполнения и повышения интереса к движению, способствуют умственному и физическому развитию дошкольника, формированию предпосылок экологического сознания, стимулируют двигательную активность детей.

Цель: формирование потребности в двигательной активности, основных движений, представлений об экологическом образе жизни посредством проведения тематических физкультурных занятий.

Задачи:

Обучающие задачи:

- Упражнять в беге, ходьбе, лазанье, метании, динамическом равновесии.
- Учить расчету на первый-второй.

Развивающие задачи:

- Развивать внимание, память, психофизические качества: быстроту, выносливость, ловкость.

Воспитательные задачи:

- Воспитывать экологическое сознание, потребность в двигательной активности.

Целевая аудитория:

- Воспитанники старшего дошкольного возраста от 5 до 6 лет.

Принципы и подходы к формированию содержания:

- Принцип доступности.
- Принцип наглядности.
- Принцип соответствия обучения возрастным и индивидуальным особенностям обучаемых.
- Принцип развивающего обучения.
- Системно-деятельностный подход.

Оборудование:

- магнитофон,
- гимнастические палки,
- кольцоброс,
- кольца для метания,
- шведская стенка,

- набивные мешочки,
- корзина с мусором,
- 3 корзины с условным обозначением мусора (пластик, бумага, пищевые отходы).

Образовательные области (интеграция):

- физическое развитие,
- познавательное развитие,
- социально-коммуникативное развитие.

Используемые технологии:

- здоровьесберегающие,
- игровые,
- моделирование.

Виды детской деятельности:

- двигательная,
- игровая,
- коммуникативная.

Планируемые результаты:

- Дети научатся делиться на команды способом расчёта на первый-второй.
- Дети поупражняются в беге, лазании, метании, равновесии.
- Дети получат представление о взаимодействии человека с природой, об экологическом образе жизни.

Содержание

Часть занятия	Этапы деятельности, задачи, технологии	Деятельность детей и педагога	Дозировка	Методические указания
Вводная часть	Организационный момент	<p>Построение, приветствие, сообщение темы занятия.</p> <p><i>Ребята, сегодня я приглашаю вас на тренировку эколят. А кто такие эколята*? Чем они занимаются? Какими должны быть эколята**?</i></p>	3 мин.	Педагог сам отвечает на вопросы, если дети затрудняются с ответами.
	Игра малой подвижности «Топотушки и хлопотушки»: активизировать внимание, создать положительный настрой.	<p><i>Давайте поиграем в игру «Топотушки и хлопотушки». Если ответ на вопрос «можно», то вы будете хлопать руками, если ответ «нельзя», то - топтать ногами.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Разжигать костры в лесу?</i> - <i>Ловить белку и лису?</i> - <i>Свежим воздухом дышать?</i> - <i>Всякий мусор оставлять?</i> - <i>Ягодки, грибочки собирать?</i> - <i>Ветки и кусты ломать?</i> - <i>Муравейник разрушать?</i> 		Следить за правильностью выполнения движений в игре.

Часть занятия	Этапы деятельности, задачи, технологии	Деятельность детей и педагога	Дозировка	Методические указания
		<p>- Зубы хорошенько очищать?</p> <p>- Зарядку пропускать?</p> <p>Раз зарядку пропускать нельзя, давайте мы с вами сейчас разомнемся.</p>		
	Обеспечить профилактику травматизма	Напоминаю, что на тренировке эколят все упражнения выполняются по моей команде.		Напомнить детям о том, что на физкультурных занятиях всё выполняется только по команде педагога.
	Разминка под музыкальное сопровождение «Ребята-эколята»: обеспечить общий разогрев организма, развивать общую	<p>Перестроение из одной шеренги в круг.</p> <p>1. Шагом по кругу.</p> <p>2. Ходьба (бег) приставным шагом левым/правым боком.</p> <p>3. Бег в среднем темпе.</p> <p>4. Шагом по кругу, дыхательные упражнения.</p> <p>5. Шагом врассыпную, остановиться на</p>		<p>Включить музыку.</p> <p>Делать глубокий вдох через нос и одновременно поднимать руки через стороны.</p> <p>Делать глубокий выдох через рот, одновременно опуская руки.</p>

Часть занятия	Этапы деятельности, задачи, технологии	Деятельность детей и педагога	Дозировка	Методические указания
	выносливость.	местах.		Раздать гимнастические палки.
Основная часть	ОРУ с гимнастической палкой.	<p>1. И.П. Ноги на ширине плеч, палка в обеих руках, руки опущены вниз. Руки вверх, подняться на носки. Опустится вниз.</p> <p>2. И.П. Ноги на ширине плеч, Палка в обеих руках перед грудью, круговые движения от локтя к себе.</p> <p>3. И.П. Ноги на ширине плеч, палка в обеих руках, руки опущены вниз. Палку вверх, наклоны вправо/влево.</p> <p>4. И.П. Ноги на ширине плеч, палка в обеих руках, прижата к груди. Наклоны вперед, выпрямить руки.</p> <p>5. И.П. Пятки вместе, носочки врозь, палка за головой, руки согнуты в локтях.</p>	4 мин.	<p>Включить музыку.</p> <p>Внимательно слушать указания педагога.</p> <p>Собрать гимнастические палки.</p>

Часть занятия	Этапы деятельности, задачи, технологии	Деятельность детей и педагога	Дозировка	Методические указания
		<p>Приседания.</p> <p>6. И.П. Ноги вместе, руки на поясе, палка на полу. Прыжки через палку.</p> <p>7. Шагом за педагогом по кругу.</p> <p>8. Построение в одну шеренгу.</p>		
	<p>Метание кольца в цель.</p>	<p>Расчет на первый-второй. Перестроение в 2 колонны.</p> <p><i>На днях в нашем саду прошла акция «Сбор макулатуры». Зачем мы ее собрали? Как еще можно использовать ненужный картон?</i></p> <p>Педагог показывает пособие для метания кольца.</p>	<p>4 мин.</p>	<p>Расставить пособия для метания, раздать кольца.</p> <p>Напомнить о технике безопасности при метании кольца.</p> <p>Следить, чтобы дети не переступали условную линию.</p> <p>Собрать кольца, убрать пособие для метания.</p>
	<p>Лазание по шведской стенке.</p>	<p><i>Ребята-эколята, какие природные ресурсы вы знаете? Как можно беречь природные</i></p>	<p>5 мин.</p>	<p>Положить маты.</p> <p>Залезть по шведской</p>

Часть занятия	Этапы деятельности, задачи, технологии	Деятельность детей и педагога	Дозировка	Методические указания
		<p><i>ресурсы? Электроэнергия — это важный ресурс для всего человечества, но часто случается, что кто-то забывает выключить свет. Сегодня юные эколога будут учиться беречь электроэнергию, выключать электричество.</i></p> <p><i>Для этого надо залезть по шведской стенке на верх и нажать на «выключатель» (картинка).</i></p>		<p>стенке до самого верха и нажать на «выключатель».</p> <p>Напомнить о технике безопасности при лазании по шведской стенке.</p>
	<p>Ходьба по линии с мешочком на голове.</p>	<p><i>Молодцы. Мы с вами узнали о том, что бросовому материалу можно дать вторую жизнь, и о том, что важно беречь ресурсы нашей природы. Некоторые дикие животные, живущие в лесах, вынуждены искать себе другой дом. Кто знает, почему так происходит? Как эколога могут помочь животным в этом случае?</i></p>	<p>4 мин.</p>	<p>Раздать мешочки.</p> <p>Следить за осанкой.</p> <p>Если кто-то уронит мешочек, то возвращается к началу.</p> <p>Начинать и заканчивать переносить мешочки по сигналу.</p>

Часть занятия	Этапы деятельности, задачи, технологии	Деятельность детей и педагога	Дозировка	Методические указания
		<p><i>Предлагаю вам отнести мешочки с семенами на посадку. Мешочки надо нести на голове, идти – по мосту (по синей линии), и постараться не уронить семена в пропасть. В конце мы проверим, какая команда принесет больше мешочков с семенами.</i></p>		
	<p>Подвижная игра «Собери мусор»</p>	<p><i>Ребята, вы хорошо потренировались, пришло время поиграть в игру «Собери мусор», она научит нас правильно сортировать мусор. Пока будет звучать музыка, вы будете собирать мусор и раскладывать его по корзинам. Но будьте внимательны! Бумажный мусор нужно класть в одну корзину, пластиковый мусор в другую, пищевые отходы – в третью. Смотрите на условные знаки. Мусор брать</i></p>	<p>3 мин.</p>	<p>В центре зала поставить корзину с мусором, по краям зала расставить корзины с условным обозначением мусора (бумага, пластик, пищевые отходы). Следить, чтобы дети разложили мусор в соответствии с</p>

Часть занятия	Этапы деятельности, задачи, технологии	Деятельность детей и педагога	Дозировка	Методические указания
		<i>по одному предмету!</i>		обозначением. В конце игры проверить вместе с детьми содержимое корзины и убрать корзины. Игра проводится 2 раза.
Заключительная часть	Рефлексия	Построение в шеренгу. Ходьба на носочках и на пятках по кругу. <i>Вы хорошо потренировались? Чему вы научились? Что вы узнали про эколят? Когда вернетесь в группу, вымойте руки с мылом и ополосните лицо.</i>	2 мин.	Напомнить о необходимости мыть руки и лицо.

*Эколята – юные помощники экологов. Они экономят природные ресурсы (например, воду и электроэнергию), берегут и охраняют лес, заботятся о его обитателях, не мусорят, а организуют отдельный сбор мусора на переработку, находят повторное применение мусору. Они помогают нам узнать много нового и интересного о Природе, подружиться с ней и

полюбить её. Они оказывают помощь в сокращении отрицательного (вредного) влияния общества на природу, в улучшении состояния природной среды.

****Эколята должны быть сильными, выносливыми, здоровыми, тренированными, умными, добрыми, ответственными...**