

### Технологическая карта занятия

<b>Тема</b>	«В дальнее плавание»
<b>Дата</b>	20.11.2019г.
<b>Педагог</b>	Петрунина Ирина Сергеевна, инструктор по физической культуре
<b>Возрастная группа</b>	Подготовительная
<b>Культурная практика</b>	Двигательная деятельность
<b>Культурно-смысловой контекст</b>	Путешествие по карте сокровищ
<b>Цель</b>	Закрепление умения согласовывать работу рук и ног при плавании различными способами.
<b>Задачи: обучающие</b>	Развивать у детей мышечную силу; обучать умению владеть своим телом в движении, корректировать осанку, распределять равномерно дыхание при двигательной активности.
<b>развивающие</b>	Развивать двигательную память, быстроту реакции, внимание; развивать координацию движений в воде, чувство равновесия.
<b>воспитательные</b>	Воспитывать желание укреплять своё здоровье, повышать иммунитет.
<b>Инвентарь и оборудование:</b>	Разделительная полоса для бассейна, очки, зажимы для носа, обруч с утяжелителем 500гр., тонущие предметы, карта, пластиковая бутылка, музыкальное сопровождение, сундук с цветными камешками, цветы имитирующие дерево, песни про море, колонка музыкальная.

<b>Этап</b>	<b>Деятельность педагога</b>	<b>Деятельность детей</b>	<b>Планируемые результаты</b>
<b>Мотивационный этап</b>	<p>- Здравствуйте ребята, я сегодня буду капитаном Немо и приглашаю вас в свою команду, чтобы отправиться в дальнее плавание, хотите?</p> <p>- Но, чтобы отправиться в дальнее плавание, вы должны хорошенько разогреть все мышцы, что для этого нужно сделать?</p>	Ответы детей	Создаётся мотивация для деятельности детей
<b>Ориентировочный этап</b>	<p><b>Разминка на суше (5 минут)</b></p> <p>- обычная ходьба,</p> <p>- «стрелочка на носках»,</p> <p>- ходьба с высоким подниманием колена,</p> <p>перестроение детей в одну шеренгу</p> <p><u>ОРУ</u></p> <p>1. Движение руками и ногами как при стили плавания «кроль» - 7-8 раз.</p>	Дети выполняют разминку под музыкальное сопровождение	Развивать у детей мышечную силу.

	<p>2. Движение руками и ногами как при стили плавания «брас» 7-8 раз.</p> <p>3. Приседание с задержкой дыхания 5-6 раз.</p> <p>4. Удержание ног в вертикальном положении 5-6 раз.</p> <p>5. Самомассаж с использованием массажной варежки (стопы, ноги, руки, спина, живот)</p> <p>- Ребята, а какие вы знаете правила поведения на воде?</p> <p><b>Разминка в воде</b></p> <p>- Мы хорошо разогрелись, и прошу пройти на наш корабль.</p> <p>1. - «Моряки шагают»- ходьба на месте с высоким подниманием бедра.</p> <p>2. – «Бег по кругу»- бег в воде за заданное расстояние, помогая себе руками.</p> <p>3. «Поднимаем парус» - присесть, оттолкнуться ногами от дна и выпрыгнуть как можно выше из воды.</p> <p>4. «Гребём вёслами» - ходьба на заданное расстояние, помогая гребковыми движениями рук.</p> <p>5. «Волны на море» - дети выстраиваются в шеренгу, ноги – на ширине плеч, руки под водой, пальцы сцеплены. По сигналу взрослого дети начинают выполнять движения обеими руками вправо-влево близко к поверхности воды.</p>	<p>Дети под руководством инструктора растирают свое тело массажными варежками</p> <p>Дети проходят в воду, где разделительной полосой сделан корабль</p> <p>Дети выполняют упражнения в воде</p>	<p>самооздоровления детей, профилактика заболеваемости и осознанного отношения детей к своему здоровью</p> <p>Развивать координацию движений в воде, чувство равновесия.</p>
<p><b>Исполнительный этап</b></p>	<p><b>1. Игровые упражнения</b></p> <p>- Отлично плывём морячки! (смотрит в бинокль)</p> <p>- Внимание, по левому борту вижу предмет под водой.</p> <p>- Матросы Тигран и Сергей достаньте предмет!</p> <p>- Что это? (бутылка)</p> <p>- Давайте посмотрим, что в ней?</p> <p>- Это карта сокровищ старого пирата Билли. Предлагаю отправиться за сокровищами! Для этого необходимо пройти путь, выполняя разные упражнения и задания.</p> <p>- Посмотрите на карту и скажите, какое задание первое.</p> <p>1. – «Медуза»</p> <p>2. – «Морская звезда»</p> <p>3. – «Поплавок»</p> <p>4. – «Кроль»</p>	<p>Выполнение игровых упражнений</p>	<p>Обучать умению владеть своим телом в движении, корректировать осанку, распределять равномерно дыхание</p>

	<p>5. – «Брасс»          6. – «Пещера»</p> <p>- Последнее задание: нарисовано дерево, интересно, что же мы должны сделать? А может так указано место?          - Давайте посмотрим за цветком.          - Правильно, здесь сундук.          - Давайте посмотрим, что в нём?          - Странное сокровище, как-бы оно могло нам пригодиться, что можно делать с этими камнями?          «Ныряние за тонущими предметами»          - Хорошее сокровище, будем за ним нырять. Отлично справились со всеми заданиями, мои матросы, теперь можно и отдохнуть. Предлагаю половить рыбу.</p> <p><b>2. Игра «Невод»</b>          Все играющие «Рыбы» разбегаются в разные стороны. Двое водящих, держась за руки, стараются поймать кого-либо из них (захватить в сеть). Пойманный, присоединяется к водящим, увеличивая сеть. Игра закончена, когда все рыбы пойманы.</p>		<p>при двигательной активности.          Развивать творческую двигательную активность, двигательную память, быстроту реакции, внимание.</p>
<b>Рефлексивный этап</b>	<p>- Мне было очень приятно ходить с вами в дальнейшее плавание. Инструктор предлагает детям выпить фиточай, напиток из шиповника (беседа с детьми о полезности шиповника).          Подведение итогов занятия</p>	<p>Дети со дна бассейна как можно больше тонущих предметов.</p> <p>Дети под музыкальное сопровождение играют в игру.</p>	<p>Дети пьют напиток, обсуждают, чем занимались.</p> <p>Укреплять здоровье детей, повышать иммунитет.</p>
<b>Перспективный этап</b>	<p>Инструктор по физической культуре предлагает детям посмотреть мультфильм «Приключения капитана Врунгеля»</p>	<p>Дети заинтересованы</p>	<p>Продолжить прививать интерес к плаванию</p>