

Занятие по физкультуре в младшей группе «Хлеб» -2025
КОНСПЕКТ
НЕПРЕРЫВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Тема НОД: Хлеб, занятие №24 (согласно плану тематических занятий ДОУ)

Тема в тематическом планировании по плану работы педагога: Равновесие – бег «змейкой» вокруг предмета.

Совершенствование: Лазание под аркой с опорой на ладони и колени; Прыжки с продвижением вперёд из обруча в обруч

Место, время проведения: гимнастический зал ДОУ , по расписанию 24.10.2025г. в 9.00, длительность 15 минут

Возраст детей/группа: младшая группа 3 года .

Особенности группы: группа основная.

Выполнила: Паутова Наталья Николаевна, инструктор по физической культуре МБДОУ «Детский сад № 21»

Образовательная область: **Физическое развитие** включающее развитие психофизических и двигательных качеств, координационных способностей и развитие крупных групп мышц и мелкой моторики; формирование и развитие опорно двигательного аппарата в целом, укрепление сердечнососудистой системы, дыхательной, развитие глазомера, равновесия, ориентировки в пространстве, овладение основными видами движений согласно возраста детей, обучение спортивным элемента циклическим, ациклическим, скоростно - силовым, сложно -координационным, элементам спортивных игр, многоборью. Накопление и обогащение двигательного опыта формирует потребность в применении этого опыта и получение знаний о здоровом физическом развитии.

Интеграция образовательных областей:

Социально - коммуникативное развитие направлено на усвоение норм и ценностей, принятых в обществе: развитие общения и взаимодействия ребёнка со взрослыми и сверстниками. На занятии запланировано объяснение детьми сказочного сюжета, о печке находящейся далеко в лесу и преодолев препятствие мы узнаем какие хлебобулочные изделия она печёт. Встреча с колобком, это общение со старшим ребёнком. Воспитатель облачается в кота -взаимодействие в игре с воспитателем под руководством с инструктором. Запланировано , что воспитатель некоторые движения выполняет с детьми и следит за техникой безопасности, участвует в игре вместе с детьми. Детям будет сообщаться, что наш повар ДОУ спечёт настоящие булочки.

Познавательное развитие интересов детей, любознательности и познавательной мотивации, воображения и творческой активности, формирование представлений о себе, других людях, объектах окружающего мира. Так как занятие тематическое - «Хлеб» в занятие включены упражнения с шариками колобками, предусмотрено рассматривание с тактильным ощущением макетов хлебобулочных изделий Совершенствование знаний: в упражнении пройди как уточка в полуприседе, ручки крылышки прижаты к телу, упражнение лягушка на двух ножках, в начале изучения техники безопасности, задан вопрос: - «Никто не потерялся в лесу?»

Речевое развитие включает владение речью как средством общения и культуры, обогащение активного словаря, развитие связной, грамматической правильной диалогической речи; развитие речевого творчества, развитие звуковой и интонационной культуры речи. Со стороны физинструктора: чёткое логичное изложение учебного материала. В игре, в меру возраста обсуждение правил. Дети пытаются отвечать на вопросы. Мелкая моторика базируется на крупной, в занятие включены обе. (мелкая - в удержании и передачи малого мячика)

Паутова Наталья Николаевна

Художественно-эстетическое развитие - предпосылка ценностно-смыслового восприятия и понимания произведений искусства, восприятие музыки, художественной литературы, реализация самостоятельной творческой деятельности детей. Музыкальное сопровождение во время поточных элементов занятия, и музыка подобрана по желанию детей, особенный восторг ремикс - композиция «Топают малыши» - вначале занятия, для включения мотивации, весёлая песенка «Повар булочки печёт» . Во время предварительной работы, так как тема «Хлеб» действует для всего сада, на всех занятиях, дети получили информацию на занятиях по окружающему миру, по рисованию, музыке и развитию речи о трудной но интересной профессии - повар и многообразии хлебобулочных изделий. Проведена познавательная прогулка по ДОУ, показ больших печей где повар сада булочки печёт.

Виды деятельности: Занятие по плану физинструктора (основная форма обучения двигательным навыкам и развития двигательной активности детей)

Программное содержание: Равновесие – бег «змейкой» вокруг предмета. Совершенствование: Лазание под аркой с опорой на ладони и колени; Прыжки с продвижением вперёд из обруча в обруч

Цель: *Закрепление основных видов движений установленных ФОП; развитие физических качеств : скорость, скоростносиловая выносливость, общая выносливость, координация, быстрота реакции, обеспечение физического развития направленного на формирование правильной осанки, развитие групп мышц, своевременное развитие всех систем организма и их функций; овладение двигательными навыками и умениями, которые помогут в жизнедеятельности ребёнка, в дальнейшем обучении , более успешно усваивать учебный материал и испытывать потребность в ежедневных занятиях физической культурой или, а значит приобретение привычки ЗОЖ.*

Образовательные задачи:

Ознакомление с передвижением в пространстве в колонне по 1-му, вокруг предмета и в заданном направлении опираясь на ориентиров(вбежали в лес - на ковёр, оббежали ёлку, сбежали с ковра) .

Дать начальное представление о правилах проведения эстафет или соревнований между двумя отрядами.

Расширение представления об основных элементах техники выполняемых упражнений на занятии, правилах безопасности, гигиены до и после занятия, во время занятий дети должны прочувствовать реакцию организма на физическую нагрузку, не нужно выполнять дополнительные элементы без команды инструктора.

Совершенствование и обучение умений на занятии: Равновесие – бег «змейкой» вокруг предмета, быстрая передача малого мячика.

Совершенствование: Лазание под аркой с опорой на ладони и колени; Прыжки с продвижением вперёд из обруча в обруч.

Формирование: процесс направленный на развития двигательных качеств при выполнении двигательных действий во время занятия. На занятии запланировано развить комплекс двигательных качеств; специальная координация активизирующая межполушарное взаимодействие пробежать в игре не сбивая друг друга, с резким приседом на гимнастическую скамью, общая выносливость - вырабатывается при высокой моторной плотности, скорость, скоростносиловая выносливость, сила , силовая выносливость, взрывная сила - способность проявлять самое большое усилие за короткое время - в прыжках, стартовая сила в игре - способность мышц к быстрому развитию рабочего усилия в начальном моменте их напряжения, ускоряющая сила - способность мышц к быстрому наращиванию рабочего усилия в условиях их начавшегося сокращения.

Развивающие задачи: обеспечение условия для развития умений устанавливать причинно следственные связи, ситуации способствующие реализации умений применять полученные знания, творческого подхода к решению задач, обобщать и анализировать полученные знания; создание условия для развития основных специальных и второстепенных двигательных качеств.

Воспитательные задачи: создание условий для: - воспитания внимательности и наблюдательности, оценке процессов, фактов, образовании потребности в ежедневном выполнении физических упражнений, справляться с посильной нагрузкой, - для формирования умений рационально использовать физические упражнения, осознать понятия чёткость; - развитие самостоятельности, творчества в связке с взаимопомощью и соблюдением техники безопасности; для - осознания и соблюдения правил поведения при выполнении групповых и подгрупповых заданий.

Подготовительный этап:

- Материально-техническое обеспечение: малые мячики, корзинки, обручи, арки для подлезания, гимнастические скамьи, костюмы, макеты хлебобулочных изделий, нарисованная мной печка, ель искусственная.
- Взаимодействие с родителями по изучаемой теме: С родителями проведена беседа о спортивной форме необходимой для занятий физкультурой в ДОУ, о поддержке инициативы ребёнка в использование какой либо игры во время семейной прогулки, о введении, по возможности, физкультурных выходных.
- **Предварительная работа** Во время предварительной работы, так как тема «Деревья» действует для всего сада, на всех занятиях, дети получили информацию на занятиях по окружающему миру, по рисованию, музыке и развитию речи о хлебе и хлебобулочных изделиях, тесте и поваре.

№	ЭТАПЫ НОД обеспечение Дозировка	Ход НОД:	Технологии, методы, формы работы	Психолого-педагогические условия	Планируемые результаты (целев. ориент. из образ. программы)
1	Вводная часть 2 минут <i>Мотивационный этап</i> (создание условий для возникновения)	1. Вход группы маршем под ремикс песни «Топают малыш» Остановка, самостоятельный поворот, сообщение о теме занятия. «Здравствуй, ребята мы сегодня отправляемся в гости к сказочной печке, - она далеко в лесу, нужно преодолеть препятствия выполнить задания и мы выясним, что печёт сказочная печка».	Форма - фронтальная. Методы: рассказ показ, <u>словесные и сенсорные методы</u> - управление группой с помощью интонации голоса, <u>ранжирование</u> - выделение главного. <u>Метод практические</u> - опыт, упражнение. Технологии: <u>Личностно-ориентированные технологии</u> - в создание	Поддержка инициативы: при подготовке к занятию выбор музыки, самостоятельное передвижение по площадке зигзагом Поддержка индивидуальности	Проявление потребности в двиг. активности. Проявление осознанности, владение навыками самопреодоления в

	<p>ия у ребёнка мотива к физ. деятельности)</p> <p>Строевые упражнения, доступная тема - сюжет, упр. внутреннего контроля, концентрации внимания, музыкальное сопровождение: чёткий марш , музыка для бега.</p>	<p>2. Ходьба - маршем, на носках , ходьба высоко поднимая колено, прыжки на двух ногах с небольшим продвижением вперёд.</p> <p>3. Бег под музыку «Повар булочки печёт.» по периметру площадки , бег «Змейкой» с нарастающей скоростью, вокруг предмета с забеганием и выбеганием с ковра.</p>	<p>демократических и партнёрских взаимоотношений между педагогами и ребёнком, основанных на взаимном уважении. <u>Технология проблемного обучения</u> в выборе траектории бега зигзагом</p> <p><u>Технология опытно-экспериментальной деятельности</u> - в формировании представления о предмете темы «Деревья», движения по выводам.</p> <p><u>Здоровьесберегающая технология:</u> профилактика плоскостопия в ходьбе и её разновидностях. Формирование правильной осанки в положении рук при ходьбе (в ходьбе с поднятием бедра руки за спиной не дают возможность ребёнку сутулиться). Рациональная беговая нагрузка стимулирует дыхательную, сердечнососудистую системы , развитие опорно двигательного аппарата.</p> <p><u>Коррекционные технологии:</u> Арт терапия - «развитие творчеством» Нарисованная печь, музыкальное сопровождение, сюжет</p>	<p>в ориентации - ориентиром является направляющий и сами дети из чего вытекает организация взаимодействия детей друг с другом</p> <p>Ориентировка на возможности каждого ребёнка (дифференциация) оговаривается с воспитателем заранее дети нуждающиеся в помощи и поддержке своевременно её получают, Инструктор даёт команды в последовательности, чтобы ни кто не отстал и не почувствовал затруднений.</p>	<p>воспитании общей выносливости при беге, самоконтроль двигательных действий, соблюдение безопасного движения , чувство само сохранения и бережного отношения к здоровью окружающих, инструктора и воспитателя в том числе.</p>
2	<p>Основная часть<u>10 м</u></p> <p><i>Ориентировочный этап для 1-й части ОВД -</i></p>	<p>Овладение пространственными ориентировками. Дети вместе с воспитателем и инструктором становятся в круг, берутся за руки образуя «Сороконожку»</p>	<p><u>Метод направленный на построение ориентировочных основ</u>, чтобы сделать задание нужно построиться а заданное положение.</p>	<p>Акцент на заинтересованность каждого ребёнка.</p>	

	ОРУ средства				
	<p><i>Исполнительский этап</i> ОВД -1 часть</p>	<p>Ору - разминка. Музыкально ритмические упражнения 1- шаги на месте 2- топнем ножкой, стараясь одновременно поставить руки на пояс и топнуть правой затем левой ногой, 3- из И.П. Ст. Руки на поясе ноги произвольно помахать ручкой высоко вверх, затем другой, поворот на 360 градусов с произвольными танцевальными движениями рук. 4- Выпады, стараясь развести руки в стороны, правой левой. 5- подъём голеностопна с касанием рукой одноимённо, чередуя под музыку. 6- повтор 1,2,3 упражнения.</p>	<p>Методы : регламентированного упражнения - твёрдо предписанная программа движений при выполнении ОРУ, исключение поворот на 360 градусов - движение рук произвольно. <u>Словесный и сенсорный методы</u>, корректировка действий детей интонацией голоса и использование методических указаний в счёте. <u>Поточный метод</u> - дети выполняют (ОРУ) вместе с инструктором без предварительного словесного объяснения правил выполнения и практического показа. <u>Метод практический</u> - опыт, упражнение. Технологии: <u>Коррекционные</u> - перестроение музыкальная терапия - ритмичные движения под музыку и АРТ -терапия развитие творчеством - выразительность ритмичных движений. Произвольное движение рук. <u>Личностно-ориентированные технологии.</u>- упражнения выполняются вместе с детьми, партнёрское взаимодействие между педагогами и ребёнком, основаны на взаимном уважении. <u>Здоровьесберегающие технологии.</u> Соблюдение дистанции, с соблюдением техники безопасности,</p>	<p>Поддержка индивидуальности в подходах: дифференцированная методика -выбор оптимальных исходных положений, степень напряжения, амплитуды движений, дозирование нагрузки, Создание условий для самовыражения , подбор легко запоминающихся упражнений под музыку. Организация взаимодействия детей друг с другом, соблюдение дистанции. Ориентировка на интересы и возможности каждого ребёнка . Подбор доступных , знакомых, легко выполняемых</p>	<p>Проявление осознанности в о время выполнения упражнений. Проявление самоконтроля. Проявление духовно- нравственных качеств - уважительное отношение к занимающимся рядом. Осознано понятие одновременно красиво всей группой, Развитие физических качеств проявление ритмичности движений.</p>

			способствует развитию бережного отношения к себе и окружающим, ОРУ на все группы мышц. Дозировка соответствует возрасту. Целесообразный поточный способ, что бы ребёнок «не остыл» для задания в подгруппах поточным способом. Приобщение к разнообразным занятиям физкультурной направленности.	упражнений под музыку, по наблюдению понравившуюся детям ранее, побуждает интерес к занятию, что проявляет возможности каждого ребёнка.	
	ОВД 2-часть <i>Ориентировочный этап</i> для 2-й части ОВД - (цели средства)	В продолжении темы и логической связи детям разъяснено, что в лесу встречаются коряги , кочки (полоса препятствий) и нужно выполнить имитационные упражнения : под высокой корягой пройдёт уточка, под более низкой пробежит собачка, лягушка прыгает с кочки на кочку. Элемент темы колобок.	Методы: <u>направленный на построение ориентировочных основ</u> , рассказ о выполнении задания . Словесные и сенсорные методы.	Акцент на заинтересованность каждого ребёнка	Детям понравится задание.
	<i>Исполнительский этап</i> ОВД -2 часть	Совершенствование: <u>Лазание</u> под аркой с опорой на ладони и колени; <u>Прыжки</u> с продвижением вперёд из обруча в обруч. Дети произвольно перестраиваются в два отряда, девочки перед красной стартовой линией, мальчики перед жёлтой. (полоса препятствий в подгруппах) 1) арка - «коряга» высокая, задача пройти в полном приседе, руки вдоль туловища изображая уточку.	Игровая форма. Технологии: <u>проблемного обучения в создании тактической ситуации</u> : как правильно встать в конец строя, <u>использование игровых элементов</u> , по представлению изобразить животных соблюдая: уточка крылья на пол не кладёт, лягушка прыгает одновременно на двух лапках. ТРИЗ - технология , где инструктор облачает сложный для детского понимания и восприятия учебный	Поддержка индивидуальности в подходах: дифференцированная методика -выбор оптимальных исходных положений, степень напряжения, амплитуды движений, дозировать нагрузку, перевод в игру	Предметные результаты: формирование представлений о технике упражнений Метапредметные результаты: умение регулировать, контролировать

Занятие по физкультуре в младшей группе «Хлеб» -2025

	<p>2) Арка «коряга» низкая, пролезть под аркой с опорой на ладони и колени, изображая собачку на четвереньках.</p> <p>3) Преодолеть два обруча прыжками на двух ногах изображая лягушку.</p> <p>4) Из корзинки переложить малый мячик - «колобок» в малый зелёный обруч - «зелёная лужайка»</p> <p>5) Вернуться в конец своей подгруппы.</p> <p>6) По окончании детям предложено сесть на гимнастическую скамью на узком периметре зала, следуя сюжету - демонстрация макетов хлебобулочных изделий на подносе, то что напекла сказочная печка (буханка хлеба, пирожок, рогалик, ватрушка, бублик).</p>	<p>материал в лёгкую и доступную форму. <u>Личностно-ориентированные технологии</u> - создание партнёрских взаимоотношений между педагогами и ребёнком в физкультурном этюде, в целостной структуре, для полного представления ребёнком об упражнении. <u>Здоровьесберегающие технологии</u>. Соблюдение дистанции, соблюдение техники безопасности (не перебегать дорожки), содействие укреплению сердечно-сосудистой и дыхательной систем, опорно-двигательного аппарата, формирование установки на активный образ жизни.</p> <p>Методы: <u>практический</u> - опыт, упражнение. <u>Метод регламентированного упражнения</u> - твёрдо предписанная программа движений: старт, дистанция, финиш. В целевом назначении: обеспечить оптимальные условия для закрепления двигательных умений. <u>Словесные и сенсорные методы</u>. <u>Объяснение</u>, корректировка действий детей интонацией голоса и использование методических указаний.</p>	<p>упражнения.</p> <p>Создание условий для самовыражения - заданные упражнения по представлению.</p> <p>Организация взаимодействия детей друг с другом, аккуратное обращение. Даны методические указания детям о видении своего личного направлении движений, во избежании столкновения (каждый по своей дорожке).</p> <p>Ориентировка на интересы и возможности каждого ребёнка.</p>	<p>и оценивать свои действия,</p> <p>Личностные результаты: освоение правил безопасности, готовность к преодолению трудностей, освоение навыков сотрудничества</p> <p>Развивающие результаты: развитие ловкости, координации, силы и выносливости,</p> <p>Оздоровительные: содействие укреплению сердечно-сосудистой и дыхательной, опорно-двигательной систем, Установка на активный образ жизни.</p>
--	---	--	--	---

	<i>Ориентировочный этап для игры</i>	Игра ранее изученная под другим названием, нравится детям . Для перестройки к дальней шей деятельности детского организма (младшего возраста) Детям , сидящим на гимнастической скамье, предложено закрыть глаза и превратиться в мышек. Рассказ о задаче быстро перебежать зал и пересесть на скамью напротив - «домик мышек»	Метод направленный на построение ориентировочных основ , рассказ о действия для самостоятельной оценке и выборе задания воспитанниками Метод «вопросительного слова» Куда побежим прятаться?	Акцент на заинтересованность детей.	Дети захотят играть в подобранную игру.
	<i>Исполнительский этап</i> Игра	(воспитатель облачается в кота, из дикого леса, надев маску хвост) Ход игры : дети по команде «раз, два, три беги» перебегают зал, так, чтобы «Кот» их не поймал. Задача выполнить 3 перебегаания по 9 метров, в рассыпную не задевая друг друга. Заранее оговорено с воспитателем, что «Кот» не сможет поймать умных мышек. (Так как дети маленькие и могут расстроиться, что именно их поймали). Первый отрезок дети бегут без «Кота», проверить свои силы. По завершении «Кот Уходит», дети остаются на скамье.	Игровые технологии включают: и технологию проблемного обучения опытно-экспериментальной деятельности и здоровье сберегающую технологию, развитие коммуникативных навыков — умение ориентироваться в пространстве не нанося вред окружающим, Методы: практический - опыт. <u>Словесный и сенсорный метод</u> введения ориентиров, правил, метод координационного упр. Здоровьесберегающие технологии. Дозировка, оптимальная физ. нагрузка, техника безопасности, смена деятельности - защита от переутомления, развитие всех систем организма, Мотивированное занятие способствует желанию детей повторить его снова - установка на активный образ жизни.	Поддержка индивидуальности в подходах: выбор игры, степень напряжения, амплитуды движений, дозировки нагрузки. Создание условий для самовыражения - это самостоятельное действие в игре, под контролем воспитателя и инструктора. Организация взаимодействия детей друг с другом следуя правилам игры. Ориентировка на интересы и	Повышение уровня вовлечения в игру, содержание и обогащение, Освоение навыка заранее планировать действия. Самостоятельно осознавать игровые обстановки. Развитие доброжелательного отношения в игре и согласованных действий в игровом процессе

				возможности каждого ребёнка в процессе всего учебного периода, инструктор запоминает или записывает любимые игры и упражнения.	
3	Заключительная часть <u>3 минуты</u>	<p>Детям предложена игра «Колобок» для снижения физической нагрузки, приведение организм ребёнка в относительно спокойное состояние. Включён сюрпризный момент, в гости пришёл «Колобок» - мальчик в костюме из старшей группы. - «Я весёлый колобок у меня румяный бок, я от бабушки ушёл и от дедушки ушёл, а куда же я пришёл?» Дети как могут отвечают. Всем предложено поиграть в «горячий колобок»</p> <p>Дети становятся в два круга. 1-й круг мальчики с колобком с физинструктором, 2-й девочки вместе с воспитателем. В центре круга конус на макушке малый мячик - колобок.</p> <p>Задача: по команде марш инструктор и воспитатель хватают мячики и все дети передают по кругу, пока инструктор и воспитатель не вернут мячики в исходное положение. Все дуют на ручки (дыхательное упражнение). Повтор 2 раза.</p>	<p>Технология проблемного обучения: создание проблемной ситуации - как быстро передать мяч и не уронить, если упал, как мяч вернуть в игру.</p> <p>Личностно-ориентированные технологии - создание партнёрских взаимоотношений между педагогом и ребёнком, достигается совместным выполнением действия. Словесный и сенсорный метод моделировать движения интонацией голоса. метод введения ориентиров, правил, Дыхательные упражнения, как здоровье сберегающая технология в ДОУ, снижение нагрузки, поочерёдное напряжение и расслабление мышц.</p>	<p>Создание условий для самовыражения - это самостоятельное действие в игре, под контролем воспитателя и инструктора. Предоставление выбора, поддержка инициативы.</p>	<p>Развитие творческого воображения и фантазии, способности к импровизации в движениях. Развитие гибкости пластичности, статической силы.</p>
	<i>Рефлексив</i>	В рамках такого этапа - задать			Думаю дети что

	<i>ный этап</i>	следующие вопросы: «Кто помнит куда мы путешествовали?», « Какие упражнения близки по смыслу к теме?», «Что у нас получилось?», «Какие игры вам больше нравятся: на внимание или подвижные?»	Чтобы не нарушить моторную плотность занятия, подробные ответы можно выслушать и проанализировать в группе. Педагог владея методом педагогического наблюдения выявляет, какие задания понравились детям.		нибуть ответят, учитывая возраст
	<i>Перспектив ный этап</i>	Перспективный этап связан с выходом на самостоятельную деятельность детей. «А на улице можно так бегать и играть?»			