**ГАПОУ СО «Каменск-Уральский педагогический колледж»**

**Конструкт по производственной практике ПМ.01 Организация мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья ребенка и его физического развития**

**Студентки 23 «б» группы**

**Ивановой Анны Сергеевны**

**специальность 44.02.01 «Дошкольное образование»**

**ДОО:**

**Возраст детей:** средняя группа (4-5 лет)

**Образовательная область**: «Физическое развитие», «Социально-коммуникативное развитие»

**Виды деятельности:** двигательная, игровая, коммуникативная

**Форма организации физкультурно-оздоровительного мероприятия:** утренняя гимнастика

**Виды деятельности:** двигательная, коммуникативная

**Формы организации деятельности**: фронтальная, групповая, индивидуальная

**Планируемый результат:**

* Дети проявляют интерес к физическим упражнениям, потребность в двигательной активности;
* У детей проявляются физические качества: выносливость, быстрота, сила, координация, гибкость;
* Дети умеют выполнять основные движения - ходьба, бег, прыжки;
* Дети совершенствуют навыки ходьбы и бега.

**Цель:** формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании, пробуждение детского организма.

|  |  |
| --- | --- |
| **Задачи утренней гимнастики** | **Задачи с учетом особенностей воспитанников группы** |
| **Воспитательные задачи:**   * Воспитывать у детей интерес к физическим упражнениям, потребность в двигательной активности.   **Развивающие задачи:**   * Развивать у детей физические качества: быстроту, силу, координацию, гибкость; * Формировать осознанную потребность в двигательной активности   **Обучающие задачи:**   * Учить выполнять основные движения - ходьба, бег, прыжки; * Совершенствовать навыки ходьбы и бега, умение работать с мячом. |  |

**Принципы дошкольного образования (ФГОС ДО):**

Построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;

Содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;

**Принципы воспитания:** формирование личностного стиля взаимоотношений со сверстниками и педагогом, создание положительного эмоционального фона и атмосферы эмоционального подъёма, воспитание через взаимодействие.

**Принципы обучения:** принципобучения в зоне ближайшего развития, принцип доступности, принцип наглядности, систематичности и последовательности.

**Принципы физического воспитания:** принцип непрерывности, принцип постепенного наращивания развивающе-тренирующего воздействия, принцип возрастной адекватности процесса физического воспитания, принцип оздоровительной направленности.

**Методы воспитания**: методы осмысления детьми своего социального опыта (беседа), метод формирования социального опыта (игра), метод стимулирования (игровая ситуация, поощрение, соревнование).

**Методы обучения**: метод развития познавательного интереса (стимулирование занимательным содержанием), информационно-рецептивный метод (объяснение, указания), наглядный (демонстрация), репродуктивный метод (упражнение), частично-поисковый метод (анализ деятельности).

**Средства воспитания и обучения:** **оборудование и оснащение**:

**План проведения занятия**

1. Вводная часть

2. Основная часть

3. Заключительная часть. Дыхательное упражнение «Шарик»

**Ход утренней гимнастики**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Этапы занятия** | **Методы обучения и воспитания** | **Содержание деятельности воспитателя** | **Содержание деятельности детей** | **Темп, дозировка** | **Планируемый результат** |
| **1.Вводная часть**  ***(5 минут)***  Задача:  Активизировать внимание детей, подготовить организм детей к физической нагрузке.  Совершенствовать навыки ходьбы и бега по кругу разными способами. | Беседа, упражнение, пример | *Воспитатель организует деятельность детей, выполняет движения вместе с ними, наблюдает правильность выполнения упражнений, корректирует, следит за осанкой, побуждает детей к самоконтролю выполнения движений.*  - Начинаем ребята! Напра-во! В обход по залу шагом марш!   * Ходьба в колонне по одному. * «Тянемся к солнышку» - Ходьба на носочках с поднятыми вверх руками. Ладони смотрят друг на друга. (Чередуя с ходьбой на пяточках). * «Пяточки» - Руки за спину, «обнять локти». Ходьба на пяточках. (Чередуя с ходьбой на носочках). * Легкий бег по кругу. * Ходьба в колонне по одному. * Построение по своим местам. | Выполняют упражнения по команде воспитателя  Ходьба в колонне по одному.  Ходьба на носочках. (Чередуя с ходьбой на пятках.)  Ходьба на пяточках. (Чередуя с ходьбой на носках.)  Лёгкий бег по кругу.  Обычная ходьба  Построение по местам. | 1 мин.  30 сек. 2 р.  30 сек. 2 р.  1 мин.  30 сек.  30 сек | Дети умеют ритмично, координировано выполнять ходьбу по кругу, бег. |
| **2. Основная часть**  (***7 минут)***  Задача: развивать различные группы мышц (мышцы плечевого пояса, мышцы спины, брюшного пояса и ног). | Беседа, упражнение, объяснение, последовательность | *Воспитатель вместе с детьми выполняет комплекс ОРУ.*   1. Ноги на ширине плеч, руки на пояс. На 1, 3 – наклоны головы в стороны, на 2, 4 – исходное положение. 2. Стоя, ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища. На 1, 3 – поднять руки вверх, на 2, 4 – вернуться в и. п. 3. Ноги на ширине, руки на поясе. На 1, 3 – наклоны в стороны с поднятой рукой, на 2, 4 – вернуться в и. п. 4. Ноги на ширине плеч, руки на поясе. На 1-3 – наклоны вперед, задержаться, на 4 – вернуться в и. п. 5. Ноги вместе, руки на поясе. Прыжки вперед назад. Чередуя с ходьбой 6. Ходьба на месте. Чередуя с прыжками. 7. Перестроение в шеренгу. | Дети выполняют комплекс ОРУ.  Наклоны головы вправо, влево.  Поднимают руки вверх и опускают.  Наклоны туловища вправо и влево.  Наклоны туловища вперед.  Выполняют прыжки на двух ногах вперед, назад, чередуя с ходьбой.  Выполняют ходьбу, чередуя с прыжками.  Перестроение в шеренгу. | 6 раз  6-8 раз  6 раз  6 раз  15 сек. 2р.  15 сек. 2 р.  15 сек. | Дети выполняют комплекс ОРУ  Наклоны головы и туловища, поднимание рук,  прыжки, чередуя с ходьбой, дыхательное упражнение на носках. |
| **3. Заключительная часть**  ***(2минуты)***  Задача: восстановить дыхание детей. | Игровая ситуация | *Воспитатель проводит дыхательную гимнастику вместе с детьми.*  Дыхательная гимнастика «Косим траву» Ноги на ширине плеч, руки опущены. Я читаю стишок, а вы, произнося «зу-зу» машете руками влево – выдох, вправо – вдох.  Зу-зу, зу-зу,  Косим мы траву.  Зу-зу, зу-зу,  И налево взмахну.  Зу-зу, зу-зу,  Вместе быстро, очень быстро  Мы покосим всю траву.  Зу-зу, зу-зу.  - Молодцы ребята, можете идти в группу. | Дети эмоционально реагируют, выполняют дыхательное упражнение | 2 - 3 раза | Дыхание детей восстановлено. Дети эмоционально откликаются. |