


Технологическая карта физкультурного занятия на тренажерах Бильгоу.


Инструктор по физической культуре Кисарина И.Ф.

Основная характеристика занятия для детей подготовительного к школе возраста


Тип занятия	Смешанное интегрированное
Место занятия в учебной программе	Непрерывная организованная образовательная деятельность
Продолжительность занятия	30-35 минут
Цель	Гармоничное психофизическое развитие детей.
Задачи	1. Совершенствовать выполнение основных видов движений (ходьба, бег, прыжки, повороты в обе стороны). 2. Развивать чувство равновесия, координацию движений, межполушарное взаимодействие, зрительно – двигательную систему, формировать правильную осанку. 3. Закреплять у детей навыки владения мячом. 4. Закреплять согласованность движений и темпо – ритмической стороны речи.
Основные понятия	Тренажер Бильгоу - это деревянная доска-балансир с нескользящей поверхностью, установленная на полукруглую опору, которая может изменять угол наклона от 0 до 50 градусов. В зависимости от уровня наклона опоры изменяется уровень сложности упражнений.
Междисциплинарные связи	Интеграция с образовательными областями «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Социально-коммуникативное развитие»
Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)	1. Совершенствование опыта в двигательной деятельности: - связанной с выполнением упражнений; - направленной на развитие таких физических качеств как координация и гибкость; - способствующей правильному формированию опорно- двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движений, крупной и мелкой моторики; - связанной с правильным, не наносящим вреда организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки). 2. Развитие темпо – ритмической стороны речи. 3. Расширение первичных представлений о свойствах и отношениях объектов окружающего мира (форме, цвете, размере, материале)
Место проведения занятия	Физкультурный зал
Формы организации образовательной деятельности	– групповое (до 26 чел) физкультурное занятие
Средства обучения	Физические упражнения
Технологии, методы, приемы обучения	наглядные – показ упражнения; словесные - дидактический рассказ, описание, объяснение, беседа, разбор; практические – практические задания.

Используемые методические разработки и дидактические материалы	<p>Программа Learning Breakthrough на оборудовании Balametrics – это программа мозжечковой стимуляции «Прорыв в обучении» автор и основатель доктор Фрэнк Бильгоу</p> <p>Шутова Наталья Геннадьевна программа НейроЛого-box</p> 
Требования, особые условия и ограничения при реализации занятия	!!!!Данное занятие противопоказано детям, имеющим приступы эпилепсии (судорожные состояния невыясненной этиологии), а также грубые вестибулярные нарушения в анамнезе
Методы и механизмы оценки результативности	Метод наблюдения
Оборудование	Тренажеры Бильгоу, малые мячи, мешочки
Список литературы	<p>1. Измайлова Альфия Хасановна. Возможности применения комплекса "Learning breakthrough kit" (balametrics) в коррекционно-развивающей работе с детьми: [методическое пособие] / [А. Х. Измайлова, Н. В. Давыденко, Д. И. Скрипко] ; Ассоц. детских нейропсихологов г. Москвы (ООО "Детские нейропсихологи г. Москвы"). - Москва : УНИСЕРВ, 2016. - 111 с.</p> <p>2. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. – 128 с.</p> <p>3. Сборник детских стихов А. Барто, С. Маршак</p>

**Технология проведения занятия
для детей подготовительного к школе возраста**

Этап занятия, продолжительность	Содержание занятия: деятельность педагога (с описанием форм, средств, технологий, методов, приемов) и деятельность обучающихся	Дозировка	Общие методические указания по проведению занятия	Результаты
На протяжении всего занятия следить за осанкой				
Вводная часть, 4-5 мин	<p>Построение в шеренгу, приветствие, проверка осанки и равнения.</p> <p>Ходьба в колонне по одному</p> <ul style="list-style-type: none"> -на носках, руки вверх, ладонь к ладони, -на пятках, руки за головой. -с высоким подниманием бедра. <p>Бег колонной по одному</p> <ul style="list-style-type: none"> -в среднем темпе; -с захлестом голени. <p>Переход на ходьбу.</p> <p>Прыжки на двух ногах с продвижением вперед</p> <p>Переход на ходьбу.</p> <p>Дыхательные упражнения</p> <p>Перестроение в две колонны.</p>	<p>1 мин</p> <p>15 сек</p> <p>15 сек</p> <p>15 сек</p> <p>1 мин</p> <p>15-20 сек</p> <p>10 сек</p> <p>15-20 сек</p> <p>15-20 сек</p> <p>10 сек</p>	<p>Равнение по носкам по краю ковра.</p> <p>Смотреть вперед, соблюдать дистанцию. Руки в локтях не сгибать, пальцы вместе</p> <p>Носок тянется к полу Дышать носом Бегать легко</p> <p>Глубокий вдох носом, три коротких выдоха ртом. Ребенок находит место у доски Бильгоу,</p>  <p>Пока дети занимают места на досках, вспоминаем, что если доска сделана из дерева, то она деревянная, а по форме она прямоугольная.</p>	<p>Подготовка организма к предстоящей двигательной нагрузке</p> <p>Совершенствование опыта в двигательной деятельности, связанной с правильным, не наносящим вреда организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки).</p> <p>Закрепление первичных представлений о свойствах объектов окружающего мира</p>
Основная часть, 22-25 мин	<p>Общеразвивающие упражнения</p> <p>1. <i>Повороты головы</i></p> <p>И. п.: стоя на доске; ноги на зеленых прямоугольниках, носки на красных метках, руки на поясе.</p> <ul style="list-style-type: none"> 1 – поворот головы вправо 2 – ИП 3 – поворот головы влево 4 - ИП. <p>2. <i>Наклоны головы</i></p>	<p>Повтор 3-4 раза</p> <p>Повтор 3-4 раза</p>	<p>Плечи опущены</p>	<p>Физическая и эмоциональная нагрузка на организм</p> <p>Совершенствование опыта в двигательной деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - связанной с выполнением упражнений; - направленной на развитие таких физических качеств как координация и гибкость;

	<p>И. п.: стоя на доске; ноги на зеленых прямоугольниках, носки на красных метках, руки на поясе.</p> <p>1 –наклон головы вправо и переносом центра тяжести вправо</p> <p>2- ИП</p> <p>3-То же влево</p> <p>4-ИП</p> <p>3. <i>Вращательные движения кистями рук</i></p> <p>И. п.: стоя на доске, ноги на желтых прямоугольниках (на синих метках), руки согнуты в локтях и сжаты в кулаки перед собой;</p> <p>Вращения кистями рук с проговариванием стишка</p> <p>4. <i>Опускание и поднимание кистей рук</i></p> <p>И. п.: стоя на доске; ноги на зеленых прямоугольниках, носки на красных метках, руки согнуты в локтях перед собой, пальцы собраны;</p> <p>Попеременное опускание и поднимание кистей рук вниз – вверх с одновременным переносом центра тяжести на левую (правую ногу) и одновременным проговариванием стиха.</p> <p>5. <i>Сжимание – разжимание пальцев рук.</i></p> <p>И. п.: стоя на доске, ноги на желтых прямоугольниках(на синих метках), руки согнуты в локтях и сжаты в кулаки перед собой;</p> <p>Сжимаем – разжимаем пальцы с одновременным проговариванием стиха</p> <p>6.<i>Вращательные движения руками</i></p> <p>И. п.: стоя на доске; ноги на зеленых прямоугольниках, носки на красных метках, руки вдоль туловища.</p> <p>Поочередное вращение(вперед, назад)</p> <p>Одновременное вращение(вперед, назад)</p> <p>7. <i>Наклоны вперед с мешочком.</i></p> <p>И. п.: стоя на доске; ноги на зеленых прямоугольниках, носки на красных метках, руки на поясе. Мешочек лежит на доске.</p> <p>1- наклон вперед, взять мешочек</p> <p>2-выпрямиться, руки с мешочком поднять вверх</p> <p>3-наклон вперед, положить мешочек на доску</p> <p>4-ИП</p> <p>8. <i>Приседания</i></p> <p>И.п.: стоя на доске; ноги на зеленых прямоугольниках, носки на красных метках, мешочек в прямых руках внизу</p>	<p>2 раза</p> <p>2 раза</p> <p>2-3 раза</p> <p>2 по 8 раз 2 по 8 раз</p> <p>4-5 раз</p> <p>10 раз</p>	<p>Раз, два, три, четыре, пять – Будем кисти рук вращать</p> <p>Махи кистями рук выполнять ритмично</p> <p>Горит на солнышке флажок, Как будто я огонь зажег.</p> <p>Раз, два, три, четыре, пять – Вышли пальчики гулять. Раз, два, три, четыре, пять – В домик спрятались опять.</p> <p>Мешочки лежат чуть выше красного квадрата с начала занятия</p> <p>Колени не сгибать</p> <p>Мешочек стараться не ронять Взять мешочек в руки</p> <p>Следить за дыханием</p>	<p>- способствующей правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движений, крупной и мелкой моторики</p>
--	---	---	---	--

<p>Присед на каждый счет, руки сгибаем, прижимая мешочек к груди. Встаем, руки опускаем.</p> <p>Основные виды движений</p> <p>1.Подбрасывание мяча с хлопком под счет.</p> <p>Работа в парах. Один ребенок стоит на доске, второй - напротив без доски. У каждого в правой руке мяч.</p> <p>2.Одновременное переключивание мячей из руки в руку по кругу. Передача мяча партнеру в левую руку, затем переключивание мяча из левой руки в правую и т.д. Дети меняются местами, повторяем упражнение.</p> <p>3.Дети занимают места на своих досках Бильягоу. Ударяя мяч об пол на каждый ударный слог, проговариваем стихотворение.</p> <p>Прыжки на нейроскакалках.</p> <p>Подвижная игра «Елочка». Один из играющих елочка. Остальные встают вокруг него в круг и ведут хоровод, проговаривая при этом слова. По окончании слов дети разбегаются по залу, а елочка – водящий стремится всех «уколоть своими иголочками», т.е. осалить. До кого дотронулся</p>	<p>Повтор 2 раза</p> <p>Повтор в каждую сторону по 2 раза</p> <p>2-3 раза</p> <p>До 3 мин</p> <p>3-4 мин</p>	<p>Бедра параллельно пола и доски, локти отводим в стороны Взять мячи. Пока раздаются мячи, выясняем, почему мяч катится, почему мяч умеет прыгать, почему мяч можно подбрасывать?(По форме круглый, поэтому катится и т.д.)</p> <p>Упражнение выполняется детьми под самостоятельный счет. Счет прямой (от 1 до 10) и обратный(от 10 до 1)Следить, чтобы мяч не падал на пол. Если мяч упал, ребенок начинает счет с начала.</p> <p>Мяч передается по кругу со сменой направления движения мяча(вправо-влево) и одновременным проговариванием стихотворения. Каждое слово сопровождается передачей мяча. Следить, чтобы мяч не падал на пол. Наша Таня громко плачет Уронила в речку мячик, Тише, Танечка, не плачь, Не утонет в речке мяч.</p> <p>Следить, чтобы мяч не падал на пол. Мой веселый, звонкий мяч, Ты куда помчался вскачь! Красный, синий, голубой, Не угнаться за тобой!</p>  <p>При построении детей в круг вспоминаем, куда у елочки смотрят веточки(вниз) и как они называются(лапы). Уточняем, что сегодня у нас разлапистая ель. Были бы у елочки ножки, Побежала бы она по дорожке,</p>	<p>Расширение первичных представлений о свойствах и отношениях объектов окружающего мира</p> <p>Развитие межполушарного взаимодействия, зрительно – двигательной системы</p> <p>Закрепление согласованности движений и темпо – ритмической стороны речи.</p> <p>Развитие темпо – ритмической стороны речи</p> <p>Развитие межполушарного взаимодействия</p>
---	--	--	---

	водящий, тот садится на скамейку. Игра продолжается до тех пор, пока все не пойманы.		Застучала бы она каблучками, Поиграла бы она вместе с нами	
Заключительная часть, 3-4 мин	Игра малой подвижности «Найди, что спрятано».	2 - 3 мин	Ребята! А, по-моему, наша елочка колется, потому что она совсем не украшена. Но мы можем это исправить. Посмотрите, у меня есть шар, но спрятано их в зале больше – целых пять! Если мы их все найдем и украсим ими елочку, то она, я думаю, колоть нас своими иголочками больше не будет. Рассматриваем игрушку и дети закрывают глаза. В качестве игрушки - шара выступает мяч малого диаметра. Показать мяч. Пока дети находятся с закрытыми глазами, они выполняют дыхательное упражнение «Ветерок»: Носом вдох, а выдох ртом – дуем теплы ветерком. Педагог прячет «шары». Дети должны найти 5 шаров - мячей, которые были спрятаны заранее.	Привести детей в относительно спокойное состояние
	Построение. Рефлексия.	1-2 мин	Равнение по носкам по краю ковра. «Мы сегодня занимались на балансирах» Педагог формулирует утверждение: «Я сегодня отлично ловил равновесие и мяч» Дети отвечают, принимая определенную позу: Ответ «Да» - ИП: встать на носочки и руки вытянуть вверх – «Украшенная елочка: Я – звезда»; Ответ «Получалось не совсем и не всегда» или «затрудняюсь» - ИП: полуприсед, руки в стороны – «Елочке не хватило украшений(умений)»; Ответ «Ничего не получилось, и было скучно» - ИП: на коленях – «Пенечек». Педагог анализирует увиденное.	Формирование начальных навыков саморегуляции