

**Конспект интегрированного занятия
по физической культуре
по сюжету сказки «Гуси-лебеди»
для детей старшего дошкольного возраста.**

Подготовила: инструктор по физической культуре Бекина С.Н.

ГБОУ Школа 2200

Интеграция образовательных областей: физическое развитие, социально-коммуникативное, познавательное развитие, художественно-эстетическое развитие.

Программное содержание:

Оздоровительные задачи: Вырабатывать навык правильной осанки. Создавать условия для функционального совершенствования дыхательной и сердечно-сосудистой систем, профилактике плоскостопия и удовлетворению естественной потребности детей в движении.

Образовательные задачи: Учить детей входить в воображаемую ситуацию. Упражнять детей в разных видах ходьбы и бега; в лазании по гимнастической стенке вверх и вниз удобным для ребёнка способом. Закрепить навыки ходьбы по гимнастической скамейке прямо, сохраняя равновесие. Упражнять в метании мешочков (с расстояния 4 м) в горизонтальную цель (корзину). Закрепить броски и ловлю мяча в движении. Развивать ловкость и быстроту движений, способности действовать по сигналу. Соблюдать правила игры. Учить детей выполнять задания под музыкальное сопровождение. Развивать речь детей, обогащать словарный запас.

Воспитательные задачи: Воспитывать умение слушать художественное произведение, следить за развитием действия в сказке; помогать детям, запоминать короткие стишки. Воспитывать интерес к совместным играм со сверстниками. Воспитывать самостоятельность и взаимопомощь.

Место проведения: спортивный зал.

Время проведения: 25 минут.

Инвентарь: гимнастическая стенка, гимнастическая скамейка, маты, мягкие модули (цилиндры, горка, кирпичики), шайбы-кочки, муляжи (яблоки, печка, домик), мешочки с песком, мячи баскетбольные, корзины, ленты, шапочка-маска «Волк».

Содержание	Описание движений	Дозировка	Методические указания
Вводная часть: 4 мин			
Приветствие. Сегодня, мы с вами отправимся в гости в сказку «Гуси-лебеди». Вы помните, как начинается эта сказка? ...Гуси-лебеди унесли мальчика Ваню далеко за высокие горы, и сестричка Алёнушка отправилась на его поиски. Давайте ей поможем найти братика и отправимся в путь. А кто готов к путешествию?	Построение в шеренгу. Повороты направо, налево, кругом. Перестроение в колонну.	1 мин	Равнение по линии носков ног, соблюдение дистанции. Обратить внимание на осанку.
Нам придётся долго идти - по дорожкам; - запутывая следы; - перешагивать через поваленные деревья; - переходить через болота по кочкам; - через заколдованный лес. Давайте возьмемся за руки и пройдем между деревьями. Держитесь крепко за руки, чтобы не потеряться в лесу.	Ходьба: -обычная -скрестный шаг -высоко поднимая колени через предметы -по шайбам-кочкам -«змейкой» между предметами парами	1 мин	Следить за осанкой и положением головы.
Вот мы и выбрались из леса, побежали нам нужно догнать гусей, которые унесли Ванечку.	Бег: - обычный - с изменением направления - с изменением темпа	1 мин	Добиваться от детей бега с активным движением рук.

Теперь разбежались по полянке.	Бег, чередуя с ходьбой: - в рассыпную	0,5 мин	
Сколько здесь красивых бабочек.	Дыхательное упражнение: «Бабочка». Руки поднять через стороны вверх – вдох, опустить через стороны, присесть, обхватив колени руками – выдох.	0,5 мин	Следить за правильным чередованием вдох-через нос, выдох-через рот.
Основная часть: 19 мин			
Давайте вспомним, какие растут деревья в лесу? (берёзы, сосны, ели, осины, дубы). А какие части дерева вы знаете? (корни, ствол, ветки)	ОРУ: «Корни» - Стоя, руки вдоль туловища опущены, пошевелить пальцами рук. «Ствол» – Стоя, руки вдоль туловища опущены, подняться на носки. «Ветки» – Стоя, поднять руки в стороны, в стороны, опустить.	5 мин 5-6 раз	Контролировать правильность выполнения упражнений. Показывать упражнение и проговаривать названия.
А какие деревья по ширине ствола? (толстые, тонкие)	«Толстые стволы» – Стоя, вытянуть перед собой руки, сделав круг. «Тонкие стволы» – Стоя, обхватить себя руками.	5-6 раз	Дать возможность детям показать свой вариант.
А какие деревья по росту? (высокие, средние, низкие)	«Высокие деревья» – Стоя, поднять руки вверх. «Средние деревья» – опустить руки к плечам. «Низкие деревья» - опустить руки вниз.	5-6 раз	Ноги не сгибать в коленях.
А что образуют ветки дерева? (крону)	«Треугольная крона» – Стоя, руки опущены,	5-6 раз	Дать возможность

Какой формы крона у ели? (треугольной). А у осины, дуба? (круглой)	вдоль туловища. Развести руки в стороны под углом в 40 градусов. Повороты туловища вправо-влево. «Круглая крона» – Стоя, руки опущены, вдоль туловища. Поднять руки через стороны вверх со сцепленными в замок пальцами, образовать круг над головой.		детям показать свой вариант.
Что растёт в лесу под деревьями? (грибы)	«Грибы» – Стоя, руки опущены, присесть на корточки, руки положить на голову.	5-6 раз	Следить за осанкой при приседании.
Какой лесной житель любит собирать грибы? (ёжик)	«Ёжик» - Сесть на пол (группировка), ноги, согнуть в коленях, обхватить колени руками, голову прижать к коленям. Оттолкнуться ногами и перекатиться на спину. Вернуться обратно.	5-6 раз	Следить за группировкой туловища.
А какой лесной житель любит собирать малину, мёд и много спать? (медведь) Как вы думаете, как ложится спать медвежонок?	«Сонный медвежонок» - свободная поза, придуманная ребёнком: лечь на бок, спину, живот.	5-6 раз	Дать возможность детям показать свой вариант.
А вот он проснулся и ищет маму, смотрит по сторонам.	«Озорные медвежата» - Встать с опорой на кисти рук и стопы. Ходьба вокруг себя.	5-6 раз	Не поджимать пальцы рук.
Увидел медвежонок маму, обрадовался, встал на задние лапы и стал хлопать.	«Наиёл маму» - Встать на ноги и хлопать в ладоши.	5-6 раз	Прыгать легко, приземляться на полусогнутые ноги.
	ОВД:	10 мин	

Пора отправляться дальше на поиски братца. Мы вышли к мостику через речку. Давайте пройдем по нему. Ребята, а вы помните, что спросила Маша у речки? ...Речка-речка, не видела ли ты, куда гуси-лебеди полетели? А речка ответила: «очистите моё дно от камней, скажу». Давайте возьмём мешочки с песком и покидаем их в корзины. Речка сказала: спасибо, а гуси-лебеди полетели к яблоньке. А вот и яблонька. Маша спросила у яблоньки, не видела ли она, куда гуси-лебеди полетели? Яблонька ответила: «мои яблочки давно спели, соберите их». Посмотрите, как высоко они растут, чтобы их сорвать, нужно залезть по лесенке, взять ленточку, спуститься, положить в корзинку. Яблонька сказала: «Спасибо, а гуси-лебеди полетели дальше». Дети, какой спортивный предмет по форме напоминает яблоко? (мяч).	<i>1.Упражнение на равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку к носку, руки в стороны.</i> <i>2. Метание в горизонтальную цель (расстояние 4м) – броски мешочков с песком в корзину правой и левой рукой.</i> <i>3.Лазание по гимнастической стенке вверх и вниз удобным способом.</i> <i>4.Броски мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками в движении.</i>	2 подхода 2 раза 2 раза 10 раз 2 раза	Добиваться, чтобы дети держали корпус прямо, смотрели вперёд, а не под ноги. Следить за правильностью положения корпуса, рук и ног. Обращать внимание на согласованность работы рук и ног. Следить за постановкой рук, не прижимать мяч к груди при ловле.
--	---	--	--

Давайте поиграем с мячом. Посмотрите, на опушке леса стоит печка. Вспомните, что сказала печка Маше – нарубить дров. Давайте поможем Маше. Поблагодарила печка и показала, где живут гуси-лебеди. Мы помогли Маше найти братца. Гуси-лебеди, увидев, что вы такие умные, ловкие, дружные захотели поиграть с вами. Давайте поиграем в игру «Гуси-лебеди» с лентой.	Дыхательное упражнение «Дровосек». Ноги врозь, руки в «замок», опущены вниз. Поднять прямые руки вверх – вдох, опустить – выдох. Подвижная игра «Гуси-лебеди с лентой». Считалочкой выбрать волка. Гуси разлетаются (разбегаются), а волк старается сорвать с них ленты. Дети без лент отходят в «логово волка». Подсчитывается количество сорванных лент. Игра продолжается с новым волком.	4 мин	Вдох через нос, выдох через рот. Добиваться, чтобы дети не придерживали ленты руками. При беге увёртывались, не сталкивались.
Заключительная часть: 2 мин			
Хорошо поиграли. Теперь надо и отдохнуть. Пора отправляться в обратную дорогу. До свидания!	Обсуждение правил игры. Релаксация: «Волшебный сон» Построение в колонну, ходьба по залу. Организованный выход из зала.	0,5 мин 1 мин 0,5 мин	Проговорить ошибки. Следить за полным расслаблением.



«А кто готов к путешествию?»



Ходьба: скрестный шаг



ОРУ: «Веточки»



ОРУ: «Сонный медвежонок»



ОВД: метание мешочков в горизонтальную цель



ОВД: лазание по гимнастической стенке



Подвижная игра «Гуси-лебеди» с лентой



Релаксация «Волшебный сон» - Проснулись, потянулись, улыбнулись!