

Интегрированное занятие по физической культуре «Пришла зима-красавица» старший дошкольный возраст

Цель: охрана и укрепление здоровья детей во все времена года

Задачи:

Создать условия для укрепления физического и психического здоровья детей, улучшая их двигательный статус.

Сохранять правильную осанку в разных положениях.

Закреплять умение действовать совместно, в общем для всех темпе, находить своё место при построении

Закреплять умение детей выполнять правила в подвижных играх, развивать интерес к ним, воспитывать желание заниматься физкультурой.

Закрепить знания детей о приметах зимы, об изменениях явлений природы зимой.

Развивать физические качества: быстроту, ловкость, внимание;

Развивать интерес к подвижным играм и упражнениям.

Создать радостную, приподнятую атмосферу на занятии.

Способствовать формированию у детей устойчивого интереса к занятиям физической культурой.

Закреплять умение участвовать в играх с элементами соревнования, способствующих развитию психофизических качеств, умению ориентироваться в пространстве.

Образовательная область «Физическая культура» интегрирует со следующими областями:

содействовать укреплению костно-мышечного аппарата детей (Здоровье)

формировать навык безопасного поведения в играх-эстафетах, играх подгруппами (Безопасность)

привлекать детей к уборке физкультурного инвентаря: мальчиков крупный, девочек мелкий (Труд),

Поощрять речевую активность детей, общение в игровых ситуациях (Коммуникация), , формировать умение осознанно воздействовать на мышцы посредством массажа развивать интонационную выразительность речи в играх упражнениях под тексты стихотворений (Чтение художественной литературы),

развивать умение ориентироваться в пространстве, группироваться по командам, рассматривание открыток, иллюстраций зимних картинок (Познание).

приобщать к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношений со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной деятельности (Социализация)

развивать чувство ритма, умение выполнять перестроения и движения под музыку (Музыка)

Оборудование:

- Карточки со снежинками
- Карточки со следами
- Детские лопатки — 2
- Шарики по кол-ву детей
- Салазки — 2 шт
- Куклы — 2 шт.

Музыкальное сопровождение:

1. «Кабы не было зимы» сл. Ю. Энтина, муз. Е. Крылатова
2. «Белые снежинки» сл. И.Шаферана муз. Г.Гладкова

Ход занятия.

Инструктор.

Пришла зима- красавица,
И детям, ой, как нравится!
Мы любим, Зимушка, тебя,
Твой иней и ледок,
И снег пушистый на ветвях,
И санки и каток!

Инструктор. О каком времени года идет речь в стихотворении? Сегодня на занятии мы поговорим о приметах зимы, об изменениях в природе и о зимних забавах.

Вводная часть.

Инструктор. Стали в круг, взяли за руки. Проведем разминку.

(Под мелодию «Кабы не было зимы» дети выполняют движения)

- ходьба вправо по кругу, держась за руки
- то же влево
- подскоки с ноги на ногу вправо по кругу, держась за руки
- то же влево
- ходьба к центру с хлопками в ладоши на каждый шаг

— ходьба из центра круга (спиной вперед) с хлопками в ладоши на каждый шаг

— подскоки с ноги на ногу на месте, поворачиваясь вокруг себя в одну, затем в другую сторону

— ходьба на месте с хлопками в ладоши

Инструктор. Какая самая любимая игра зимой?

Дети. Снежки

Инструктор. Правильно. Я вам принесла снежки и мы с вами сейчас поиграем. Построились в две колонны по цвету эмблем.

О.Р.У. со снежками под мелодию «Кабы не было зимы»

Основная часть.

Инструктор. Ребята, а что вы любите лепить зимой?

Дети. Снеговика.

Инструктор. К нам в гости пришли снеговики. Предлагаю с ними поиграть.

Игра «Снежки к снеговику»

По команде каждая команда бегом бежит к своему снеговику, кладут снежки и бегом возвращаются назад. А сейчас кто быстрее заберет снежки и вернется на свои места.

Инструктор. Ребята, а почему зимой все становится белым? (выпал снег)

Инструктор. А из чего состоит снег? (снежинок)

Побывали ученые в облаках при сильном снегопаде и увидели, как образуются снежинки. Высоко-высоко в небе всюду мелькали крохотные кристаллики льда. Маленькие льдинки в высоком небе — это замерший водяной пар. Весной, летом и осенью пар превращается в капли дождя, а зимой — в снежинки.

Путешествуют маленькие льдинки по небу, встречаются друг с другом, присоединяются друг к другу, и постепенно образуются снежинки. Почти все снежинки представляют собой шестиконечные кристаллики. В природе не существует абсолютно одинаковых снежинок.

Подвижная игра «Снежинка»

Детям раздаются карточки-схемы снежинок. Детей разделить на две, команды. Музыка звучит, все разбегаются врассыпную, музыка останавливается, дети должны построить снежинку, которая изображена на схеме.

Инструктор. Ребята, а какого размера бывают снежинки? (маленькие)

Оказывается, чем дальше снежинка спускается на землю, тем больше она становится. А если снежинка попадает на теплую ладошку, во что она превратится? Конечно в воду. А какая снежинка быстрее растает — маленькая или большая? Маленькая.

Игра — эстафета «Не дай снежинке растаять»

Приготовить снежинки от маленькой до большой. Играют две команды. По сигналу первый игрок бежит к куче со снежинками берет самую маленькую, следующий по — больше и т. д. кто принесет правильно та команда выиграла.

Инструктор. Вот только выпал снежок, а вокруг стали появляется какие-то следы.

Вот следы на снегу.

Разобрать их не могу.

Кто тут шел, скакал, бежал?

Ехал кто тут иль лежал?

Мне, ребята, помогите:

Что поймете, покажите.

Игра — эстафета «Следы на снегу»

На против каждой команды раскладываются карточки с изображением следа на снегу. А на финише карточки с изображением тех, чьи следы на первых карточках. Первый бежит до карточек, берет одну, добегают до финиша и кладет к соответствующей картинке. Выигрывает команда, которая выполнит правильно задание и быстро.

Инструктор. Ребята, а почему снег скрипит? Оказывается, скрип — это шум от ломающихся лучиков снежинок и мельчайших кристалликов снега.

Инструктор. Что можно слепить из снега? (снежные постройки, снежки, снеговика) .
Лепим снеговика.

Игра «СНЕГОВИК»

Раз рука, два рука (вытягивают одну руку, затем другую)

Лепим мы снеговика (имитируют лепку снежков).

Три-четыре, три-четыре

Нарисуем рот пошире (хлопки в ладоши и показывают, как рисуют рот)

Пять — найдем морковь для носа (показывают, будто нос длинный),

Угольки найдем для глаз («бинокль»)

Шесть — наденем шляпу косо, пусть смеется он у нас (руки вверх над головой, показывают ведро)

Семь, восемь, семь и восемь — мы плясать его попросим (выполняют пружинку и хлопают себя по бокам)

Инструктор. Кто убирает снег во дворе ? Кто чистит дорожки от снега зимой?
(дворник)

Дворник

Встанет дворник на заре,

Снег расчистит на дворе.

Дворник мусор уберет

И песком посыпет лед.

Давайте поможем дворнику почистить дорожку.

Игра —эстафета «Чистим дорожку»

Первый игрок добегают до стойки, лопаткой кладет в машинку один кубик и возвращается обратно, передает лопатку следующему и т. д.

Инструктор. Ребята, а можно ли предсказать погоду — будет морозно или потеплеет, будет ли ветрено? Оказывается можно. Вот, например, вороны собираются стаей, летают, кружатся и каркают — жди снега и мороза. А вот еще. Перед морозом вороны и галки садятся на верхушки деревьев, на нижние ветки — к ветру. Воробьи за два-три дня чувствуют приближение мороза и прячутся в укрытия — под крыши домов. Ребятам, птицам не только холодно зимой, но и голодно. А что нужно сделать, чтобы помочь птицам перезимовать? Правильно, сделать кормушки. А как люди одеваются, когда на улице мороз? (тепло одеваются). Что делать, чтобы не замерзнуть на улице зимой? (больше двигаться, играть).

Инструктор. Предлагаю поиграть в игру «Два мороза»

Игра «Два мороза»

Заключительная часть

Инструктор. Стали в круг.

Игра «А на улице мороз»

дети выполняют движения в соответствии с текстом.

А на улице мороз-

Ну-ка все потёрли нос!

Ни к чему нам бить баклуши,

Быстро взялись все за уши!

Покрутили, повертели

Чтобы стало веселее!

Свои уши отогрели-

И ко мне все прилетели.

Головою покачали!

По коленкам постучали!

По плечам похлопали!

Ножками потопали!

Инструктор. Закончилась наша встреча,

Закончилась наша игра.

Мы вспоминали сегодня,

Какая она — зима.

Мы веселились вместе.

А что же узнали бы мы,

Когда в городах и селах

Не было бы зимы?

Инструктор. А что же вы сегодня узнали? Что понравилось? Что было трудным?

На этом наше занятие закончено. До свидания.