

Конспект интегрированного занятия по физической культуре в
подготовительной группе

Айдемирова А.Р.

Тип занятия: физкультурно-оздоровительное.

Интеграция образовательных областей: «Социально-коммуникативное», «Художественно-эстетическое», «Познавательное».

Цель: совершенствование двигательных умений и навыков, приобщение к здоровому образу жизни.

Задачи:

Образовательные задачи:

- способствовать укреплению опорно-двигательного аппарата;
- формировать правильную осанку при ходьбе и беге;
- закреплять знания детей в порядковом счете от 1 до 10 и обратном счете.
- способствовать закреплению умений детей действовать по сигналу.

Развивающие задачи:

- способствовать совершенствованию ловкости и координации движений при выполнении упражнений с палками;
- закреплять навыки в строевых упражнениях;
- развивать ловкость и быстроту в эстафетах.

Воспитательные задачи:

- воспитывать организованность, самостоятельность.
- умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками, соблюдать правила в эстафетах и игре.
- воспитывать интерес к занятиям физической культуры.

Оборудование: гимнастические палки по количеству детей, обручи, конусы для эстафет, 2 комплекта цифр 1 до 10, мячи 2 шт.

Методы: наглядные, словесные, практические.

Продолжительность занятия: 30 мин.

Ход непосредственно организованной деятельности

Часть 1: Вводная

Вход детей в зал. Построение. Приветствие. Мотивация на деятельность.

Под музыку дети выполняют комплекс коррекционных упражнений для ног.

Ходьба по кругу:

- обычная ходьба с высоким подниманием колена;
- ходьба на носках с поднятыми вверх руками;
- ходьба на пятках руки за голову в «замке»;

Бег по кругу:

- бег с захлестыванием голени;
- бег приставным шагом;
- подскоки.

Упражнения на восстановления дыхания.

- ходьба и построение в шеренгу;
- расчет на 1-й 2-й.
- перестроение в колонну по двое.

- строевые упражнения в колонне по двое по залу.

Во время ходьбы дети берут гимнастические палки.

2 часть. Основная. ОРУ с гимнастическими палками

Исходное положение: основная стойка. Палка в руках внизу, хват сверху.

1 - руки вперед; 2 - руки вверх; 3 - руки вперед; 4 - вернуться в исходное положение. (повторить 5-6 раз)

2. Исходное положение: ноги на ширине плеч, гимнастическая палка на плечах.

1-поворот туловища вправо; 2 - вернуться в и. п. 3 - поворот туловища влево; 4 - вернуться в и. п. (повторить 5-6 раз)

3. Исходное положение: ноги на ширине плеч, палка внизу.

1-поднять руки вверх, 2 - наклон вниз, коснуться палкой пола, 3 - поднять руки вверх, 4 - вернуться в исходное положение. (повторить 5-6 раз)

4. Исходное положение: основная стойка, палка вертикально стоит на полу, руки сверху на палке.

1 - ногу правую на носок в сторону, правая рука вверх. 2 - вернуться в исходное положение. 3 - ногу левую на носок в сторону, левая рука вверх, 4 - вернуться в исходное положение. (повторить 5-6 раз)

5. Исходное положение: основная стойка, перебрасывание гимнастических палок вертикально из правой руки в левую (Черепашки Ниндзя).

Перестроение в колонну по двое, ходьба с гимнастическими палками, по ходу движения складывание палок в корзину. Перестроение на две команды.

Основные виды движения (ОВД)

Эстафеты

1. Математическая

- Выложить разбросанные цифры на дорожку по порядку номеров от 1 до 10.
- Забрать разложенные цифры обратным счетом от 10 до 1.

2. Эстафета «Ловкий мяч»

- Добежать до обруча с мячом, встать в него и подбросить мяч 5 раз, положить в обруч и передать эстафету.

3. Эстафета «Полоса препятствия»

1. прыжок в высоту с разбега (высота 30 см.)
2. прыжки в обручах «Классики»
3. бежать стойку и передать эстафету.

Подсчет очков.

Подвижная игра малой подвижности «На лошадке Зорьке еду...»

3 часть: Заключительная

Дети садятся на ковер «по-турецки» и смотрят картину для релаксации «Водопад».

Инструктор по физкультуре: Ребята, вы справились со всеми моими заданиями, вы молодцы. До следующей встречи!