МБДОУ детский сад «Дюймовочка»

**Интегрированное физкультурное занятие**

**в подготовительной к школе группе**

Инструктор по физической культуре: Серен А.И.

**Хову-Аксы 2014г.**

**Цель:** доставить детям радость, создать хорошее настроение. Повысить интерес к физкультурным занятиям посредством сказочных героев. В игровой форме развивать основные физические качества: быстроту, силу, ловкость, координацию, ориентировку в пространстве; закреплять навыки ползания, подлезания, полученные на занятиях. Создать на занятие положительный эмоциональный настрой через релаксацию и ароматерапию; устранить усталость; помочь детям лучше представить тот или иной образ.

**Оборудование:** карта (стрелками указан путь к кладу), гимнастические скамейки, кочки, гимнастические палки, модель-тоннель, для ароматерапии (можевельник), дуга, разноцветные султанчики, 2 сундука с угощеньем, (кубики, кирпичики, детали от конструктора). Магнитофон с записью морского прибоя, музыка песни «Чунга-Чанга».

**Ход занятия**

*Дети по одному проходят в зал, где их встречает ведущий*

**Ведущий:** ребятки, сегодня мы отправимся на таинственный остров, где будем искать клад! Старый капитан Флинт передал мне карту, где стрелками указан путь к его кладу. Все готовы в путь-дорогу? На пути будет не мало препятствий , и нам придется очень потрудится. Пора в путь!

*Звучит музыка.*

*Дети в колонне по одному, в обход по залу, выполняют ходьбу с заданиями: на носках - руки вверх, на пятках – руки за головы, в полу приседе – руки вперед в полном приседе – руки на коленях спиной вперед – руки на плечи, перекат с пятки на носок – руки сложены перед собой.*

**Ведущий:** но вот на нашем пути начинаются препятствия. Впереди у нас горная речка но если вы упадете с мостика, вас снесет.

*Выполняется ходьба по скамейкам, руки расставить в стороны: одна скамья выше, другая пониже.*

**Ведущий:** болота прошли, а впереди – темная, страшная пещера. Придется ползти на четвереньках. Смотрите не заденьте стены и потолок.

*Дети , стоя друг за другом, начинают проползать по модулю-тоннелю. Это упражнение выполняют до тех пор, пока все дети не проползут по тоннелю.*

**Ведущий:** ребята, пройдя по тоннелю, мы попали на необитаемый остров, на острове ничего нет, ни людей, ни растений, солнце ярко припекает, все мы очень устали, давайте отдохнем на этом острове. Сядьте кругом в позу «Лотоса», руки свободно положите на колени, ладошками к верху, закройте глаза. Начинает рассказывать о том, что всем снится один и тот же сон. В этом сне они видят море с прозрачной голубой водой, через толщу которой можно рассмотреть подводный мир необыкновенной красоты, водоросли и различные виды диковинных рыб, большую морскую черепаху и радостных, добродушных дельфинов (*Ведущий на релаксации использует ароматерпаию; можжевельник*). Затем пауза, и насчет ведущего: «Раз, два, три!» дети просыпаются и встают.

**Ведущий:** посмотрите, ребята перед нами открылось прекрасное сказочное море.

Море мы переплывем на галерах – это такие большие, длинные лодки, где много гребцов. Грести у нас будут все!

*Дети делятся да две колонны, садятся друг за другом на расстоянии вытянутых рук, ноги слегка врозь. По команде ведущего: «И – раз!», «И – два!» - начинают всей колонной наклоняться вперед-назад. Изображая гребцов.*

**Ведущий:** вот и берег! Выходите с лодок, посмотрите, какая чудесная перед нами полянка! Да она и не простая! На ней, оказывается, живут много веселых и дружелюбных туземцев.

**Дети исполняют комплекс ритмической гимнастики под веселую музыку «Чунга - чанга»**

**Ведущий:** ну, вот осталось совсем немного, чтобы добраться до таинственного острова, где мы сможем найти дорогу к кладу. Нам осталось только пройти сказочные воротца.

*Дети в колонне по одному идут в полном приседе до ворот ( украшенный дуга) и проходят через ворота.*

**Ведущий:** вот мы на месте! Но чтобы раздобыть клад, придется нам потрудиться, здесь перед нами расположены две груды камней *( множество кубиков, кирпичиков, деталей от конструктора и.т.п..)* под которой спрятаны два сундука с кладом.

*Проводится эстафета «Разбери камни». Каждому ребенку можно брать только по одной детали. Эстафета заканчивается, когда последний игрок приносит клад.* Ребята, у нас два клада, значит, победила дружба.

*Дети дружно открывают сундуки, и все получают угощенье.*

*Под веселую музыку занятие заканчивается.*