**КОНСПЕКТ ИНТЕГРИРОВАННОГО ЗАНЯТИЯ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И ПОЗНАВАТЕЛЬНОМУ РАЗВИТИЮ (подготовительная группа)**

**Программное содержание;**

1. Совершенствовать разные виды ходьбы и бега с четкой координацией рук и ног, согласовывая с ритмом музыки

2. Упражнять детей в выполнении комплекса общеразвивающих упражнений из разных исходных положений с модулями ЛЕГО, выдерживая возрастающие физические нагрузки.

3. Упражнять

- в прыжках в высоту через стойки;

- в беге по гимнастической скамейке;

4. Закрепить знание детей цифр, геометрических фигур, порядкового счета; упражнять: в сложении; соотношении цифры с количеством;

5. Профилактика плоскостопия и воспитание правильной и красивой осанки.

6. Единым сюжетным содержанием вызывать эмоциональный заряд, хорошее настроение и интерес к выполнению упражнений, их осознанность. Воспитывать чувство товарищества в играх - эстафетах.

**Оборудование;**

модули ЛЕГО,

обручи,

гимнастическая скамейки,

дидактический материал (карточки),

конусы,

гимнастические палки,

аудиозапись.

**Ход занятия.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Части занятия** | **Содержание занятия** | **Дозировка** | **Методические указания** |
| **Вводная часть** 5,5 мин. | Построение в шеренгу.Обычная ходьба в колонне друг за другом. Ходьба на пятках, на носках. Ходьба с высоким подниманием колена и прыжки (ноги вместе, ноги врозь) с использованиемдидактического материала (соотношение количества и числа). Ходьба змейкой между деталями конструктора.Бег обычный. Бег попеременно обычным ишироким шагом. Подскоки с одной ноги на другою. Бег меняя темп. Бегобычный.Ходьба с восстановлением дыхания. Перестроение в три колонны. | 2 мин.2,5 мин.1 мин. | Следить за принужденным движением рук, положением спины и головы.Во время ходьбы обращать внимание на осанку, положение спины и головы.Контролировать соблюдение дистанции во время бега.Перестраиваясь, контролироватьсоблюдение дистанции вовремя ходьбы. |
| **Основная часть**20 мин. | **Общеразвиающие упражнения с****деталями ЛЕГО-конструктора:****1. И.п.:** основная стойка.**В.:** на каждый счет сменаположения головы: вверх, вниз,влево, вправо.**2. И.п.:** основная стойка, в руках4 детали ЛЕГО-конструктора.**В.:** отставить правую ногу назад,на носок одновременно поднятьруки с деталями конструкторавверх; вернуться в И.п. То жедругой ногой.**3. И.п.:** основная стойка, ноги наширине плеч.**В.:** поворот вправо, правая рука назад, ладонь вверх. Вернутьсяв И.п. То же в другую сторону.**4. И.п.:** основная стойка, ноги наширине плеч, конструктор лежитна полу впереди.**В.:** наклониться вперед,(перестраивать платформу с каждым наклоном) вернуться в и.п.**5. И.п.:** пятки вместе, носкиврозь.**В.:** поднять правую ногу, согнутую в колене, руки сконструктором вверх. Вернуться в И.п.То же самое с другой ногой.**6. И.п.:** сидя на полу, ноги наширине плеч, конструктор лежитперед детьми, руки на нем.**В.:** наклониться вперед,отодвинуть детали конструктораот себя на вытянутые руки; сесть,руки в упоре сзади, прогнутьсяназад, подняв голову. Наклониться вперед, придвинуть детали конструктора к себе; сесть, руки в упоре сзади, прогнуться назад, подняв голову.**7. И.п.:** сидя на деталях конструктора, упор руками сзади на полу.**В.:** опираясь на руки, прогнуться, удержать тело при помощи руки и опоры на ноги. Вернуться в И.п. **8.** **И.п.:** сидя на деталях конструктора, упор руками сзади на полу.**В.:** опираясь на руки, поднять прямые ноги под углом 45. Вернуться в И.п.**9. И.п.:** стоя перед деталями конструктора; руки на поясе. **В.:** правую ногу, поставить на конструктор, приставить левую. Правую ногу опускаем вперед, приставляя левую. Вернуться в И. п. спиной.**Прыжки:** перестроить платформу в башню и выполнить прыжки вокруг башни на одной ноге (столько прыжков, сколько показывает цифра).**Использование дифференцированных упражнений с дидактикой:** Дети раскладывают детали конструктора по залу.Ходьба по залу врассыпную (на внеш. стороне стопы и на пятках). По сигналу воспитателя дети выполняют задание: найти деталь конструктора с цифрой и встать по одному, двойками или тройками так, чтобы:1. Сумма цифр получиласьбольше числа на карточке(карточку показывает воспитатель);2. Сумма цифр получиласьменьше числа на карточке(карточку показывает воспитатель);**Основные виды движений:****Игры – эстафеты** **№ 1**X XX XX XX XХ ХХ Х 1. Добежать до обруча, взять две детали ЛЕГО-конструктора одного цвета2. Пробежать по гимнастической скамейке,3. Положить деталиконструктора в обруч, так,чтобы из них получилась«башня» по два этажакаждого цвета;4. Гладкий бег к стартовой черте, передавая эстафету следующему игроку.**№ 2**Х Х Х Х Х Х Х Х Х Х Х Х 1. Добежать до обруча, в котором лежать детали ЛЕГО конструктора с цифрами, взять деталь с цифрами по порядку;2. Перепрыгнуть двапрепятствия поочереднокаждый;3. Добежать до обруча и построить «многоэтажный дом» от одного до восьми.4. Вернуться к стартовой черте. | 7 мин 8-10 раз12-14 раз12-16 раз8-12 раз10-14 раз8-10 раз8-10 раз8-12 раз10-14 раз3 раза в чередовании с ходьбой.3 мин.3-4 раза.5 мин.5 мин. | Контролировать осанкудетей.Следить, чтобы дети сохраняли равновесие и не сгибали ноги в коленях.Контролировать согласованность работы туловища и рук.Следить, чтобы при наклоне дети не сгибали ноги в коленях.При выполнениисохранять равновесие.Добиваться, чтобы дети наклонялись как можно ниже, не сгибали при этом ноги в коленях.Выполнять упражнения в медленном темпе, тянуть носки.Ноги прямые, тянуть носок.При выполнениисохранять равновесие,осанку.Добиваться от детей легких прыжков с правильным приземлением.Добиваться, чтобы детикоординировали исогласовывали движениямежду собой. Обращатьвнимание на то, чтобыдети использовали всепространство зала.Следить, чтобы дети сохраняли равновесие,четко выполняли все задания правильно подбирали детали по цвету, добиватьсяправильной передачиэстафеты.Добиваться, чтобы детиперепрыгивали черезпрепятствия, правильноподбирали детали снужными цифрами,добиваться правильнойпередачи эстафеты. |
| **Заключительная часть**4,5 мин. | Ходьба в колоне друг за другом с выполнением заданий на внимание.Интеграция физкультурногозанятия с конструированием.Предлагаем детям, разделившись на четверки, из деталейконструктора построить «лесенку» по схеме.  |  | Привести частотусердечных сокращений кконцу занятия в норму. |