**Занятие по физической культуре в подготовительной группе «История становления человека»**

**Интеграция образовательных областей**:

физическая культура, познание, социализация, безопасность, здоровье, коммуникация, художественное творчество.

**Виды детской деятельности:** игровая, коммуникативная, познавательная, продуктивная.

**Цели деятельности педагога**: формирование двигательных навыков и умений, развитие мышления, воображения.

**Задачи:** создать условия для ознакомления детей с жизнью первобытных людей;

совершенствовать умение выполнять общеразвивающие упражнения;

совершенствовать умения и навыки выполнять основные движения;

активизировать речь детей;

развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость;

воспитывать: выдержку, организованность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

**Пособия и инвентарь**: скамейка высотой 35 см, тоннель для ползания, муляж костра, кубики, ребристая дорожка, обручи, флажки (синий, желтый, красный).

**Ход занятия**

**Вводная часть**:

*Создание игровой мотивации.*

*Дети входят в зал и садятся по-турецки вокруг импровизированного костра.*

Воспитатель: -Ребята, мы сегодня побываем в первобытно - общинном строе и постараемся ответить на вопрос: почему люди стали отличаться от животных?

Раньше люди были похожи на обезьян.

Представим, что мы сидим в пещере вокруг костра, а вокруг нас неведомый мир.)

*Ходьба:*

а) в положении полуприседа, руки опущены вниз. (Постепенно древние люди научились ходить на двух ногах, но ходили они неуклюже, руки висели, как у обезьяны.)

б) сгорбившись, руки на коленях.

в) (Постепенно человек выпрямился) руки вверх, ходьба на носках. (Чтобы издалека видеть окружающий мир, приходилось вставать на цыпочки)

г) (обуви у древних людей не было, и они ходили по колючкам, наступая на пятки) на пятках, руки вытянуты в стороны,

д) на внешней стороне ступни, руки на поясе.

*Бег:*

а) обычный (человек научился бегать, убегая от опасностей)

б) с изменением направления.

*Перестроение в четыре звена.*

**Обще-развивающие упражнения:**

1) «Собираем плоды» И. п. – стоя, слегка расставив ноги, руки опущены вниз. 1-Подняться на носки, поднять руки верх и переложить кубик из одной руки в другую, 2 –опустить руки, И.п. (8 р.)

2) «Собираем ягоды» И. п. – стоя, слегка расставив ноги. 1-Наклониться, положить кубик на пол, и.п., 2- наклониться, взять кубик, и.п. (8 р.)

3) «Разбиваем орехи» И.П. – О.С. присесть, постучать кубиком о пол, и.п. (8 р.)

4) Повороты. И. п. – стоя, слегка расставив ноги, руки на поясе. 1- поворот влево, приставив левую ладонь над бровью (смотрим вдаль, 2 – и. п. Тоже вправо. (8 р.)

5) И.п. – сидя, кубик у вытянутых ног, наклониться, достать до кубика, и.п. (8 р.)

6) И.п. – лежа на животе, руки и ноки вытянуты, потянуть руки к ногам. (8 р.)

7) И.п. – О.С. ходьба чередуя с бегом на месте (5 р.)

8) «Ветерок». И. п. - о. с. 1-поднять руки вверх, 2- с выдохом на звук «ш».

**Основные виды движений:**

Воспитатель: - А сейчас первобытные люди отправляются исследовать окретсности. Но на их пути появилось много препятствий. Давайте поможем им преодолеть их.

*1 группа*

1) Ходьба по ребристой дорожке

2) Пролезание под дуги

*2 группа*

3) Подтягивание на скамейке двумя руками, лежа на животе

4) прыжки в обручи (двумя ногами)

**Подвижная игра «Перебежки»**

Воспитатель: -Первобытные люди не умели разговаривать, поэтому общались между собой жестами и сигналами.

По сигналу флажка: синий – бежать на противоположную сторону зала;

красный – прыгать на двух ногах;

желтый – переползать на животе.

**Заключительная часть:**

Дети садятся «вокруг костра»

Воспитатель: - Ребята, что нужно сделать, чтобы костёр сильнее разгорелся? Правильно, подуть.

Только тихо.

*Вдох и струйный выдох.*

Игра с пламенем. Сидя, вытянув ноги, слегка потрясти стопами.

Выпрямить руки и покрутить кистями рук.

Воспитатель: - А, что бы огонь не спалил жилище, и не случился пожар, что нужно сделать? Правильно, потушить.

*Резкий выдох, и свеча гаснет.*

Воспитатель: Вот мы и потушили наш огонь, и остались от костра одни угольки.

Вот, ребята вы и познакомились с жизнью первобытных людей.