Интегрированное физкультурное занятие

**«Путешествие в волшебную страну Веселых мячей»**

*Подготовила руководитель физического воспитания*

*МДОУ детский сад «Рябинка поселка Новки*

*Анчуркина Марина Николаевна*

*2 квалификационная категория*

**Задачи**:

1. Совершенствовать двигательные умения и навыки при передаче мяча друг другу и отбивании его правой и левой ногой стоя на месте, броске, ведении мяча, отбивании мяча правой и левой рукой на месте, развивать ловкость и координацию в упражнении с мячом;
2. Закрепить порядковый счет от 1 до 5, состав числа 5; формировать умение сравнивать предметы по форме и по размеру (узкий - широкий);
3. Формировать у детей познавательные умения: аргументировать свою точку зрения, сравнивать, анализировать, делать выводы;
4. Развивать у детей интерес к действиям  с мячом;
5. Воспитывать элементарные представления о доброте, внимании к окружающим, вызвать у детей положительный эмоциональный настрой и желание укреплять свое здоровье.

**Оборудование:** индивидуальные коврики по количеству детей; мячи «Ёжики» по количеству детей; 1 баскетбольный мяч; футбольный мяч; волейбольный мяч; 4 резиновых мяча среднего диаметра, 1 мяч большого диаметра, 1 мяч маленького диаметра, 1 мяч – «мякиш», массажная дорожка для профилактики плоскостопия; карточки с рисунками – схемами для ОВД; фишки с цифрами; ноутбук; фотоаппарат. Для эксперимента таз с водой.

**Здоровье - сберегающие технологии:**

1. Самомассаж мячом «Ёжики»
2. Дыхательная гимнастика.
3. Пальчиковая гимнастика.

**Ход занятия:**

**Вводная часть**

Дети входят в зал и видят посылку.

**Инструктор:** *Ребята, посмотрите, нам прислали посылку. Давайте посмотрим, что там?*

**Корреспондент. Видеоролик.** *Здравствуйте, дети! Я корреспондент газеты “Спорт” и мне просто необходима ваша помощь. Главный редактор газеты поручил мне сделать репортаж о сказочной стране - Стране весёлых мячей. Все жители этой страны любят играть, прыгать, скакать, кататься и кувыркаться, они знают все о мячах. А я даже не представляю, как могу оказаться в этой стране, я уже взрослый и в сказки не верю. Помогите, пожалуйста!*

**Инструктор:** *Ребята мы поможем корреспонденту? Я думаю, мы справимся с этим заданием с большим удовольствием и тем более нам самим очень интересно узнать, какие бывают мячи.*

**Инструктор:** *Ну, что, ребята, вы готовы? Тогда вперед! Путь нам предстоит долгий.*

***(Равнение в шеренге, поворот направо***)

1. Ходьба в колонне по одному.
2. Ходьба с высоким подниманием колен, руки за голову – *идем* *по глубоким сугробам.*
3. Ходьба “змейкой” на носках, руки вверх, пальцы сложены в замок – *идем по лесу между деревьями.*
4. Ходьба на пятках – *мимо нас пронеслось стадо кабанчиков –* профилактика плоскостопия
5. Ходьба широким шагом – *тяжело поднимаемся в гору.*
6. Бег в колонне по одному *– а с горы бежим бегом.*
7. Ходьба в колонне – *а впереди океан, и через него мы перелетим на коврах – самолетах.*

***(Дети берут индивидуальные коврики, перестраиваются в три колонны через центр)***

**Основная часть**

**ОРУ на ковриках:**

1. И.п. – стоя, ноги слегка расставлены, руки на пояс. 1 – поворот головы вправо; 2 – и.п.; 3 – поворот головы влево; 4 – и.п.. (6 - 8раз) – *наши ковры – самолеты начали подниматься вверх, давайте посмотрим по сторонам, оглядимся.*

2. И.п. – стоя ноги на ширине плеч, руки на пояс. 1 – руки к плечам; 2 – руки вверх; 3 – руки к плечам; 4 – и.п.. (6 - 8 раз) – *чтобы управлять ковром самолетом, нужно размять руки.*

3. И.п. – стоя ноги на ширине плеч, руки опущены вниз. 1– наклон туловища вправо, потянуться за рукой; 2 - и.п.;3 – наклон туловища влево, потянуться за рукой; 4 – и.п.. (6 – 8 раз) – *подул ветер, ковры самолеты закачались*

4. И.п. – сидя, ноги скресно, руки на пояс. 1 – наклон головы к правому колену;2 – и.п.; 3 – наклон к левому колену;4 – и.п.. (6–8 раз) – *чтобы не перевернуться нужно, сгруппироваться.*

5. И.п. – сидя, руки упор сзади. 1–2 – поднять таз, прогнуться в спине, голову назад; 3–4 – и.п.. (6–8 раз) – *впереди большой мост, давайте изогнемся также как и он.*

6. И.п. – стоя, руки вниз. Прыжки ноги врозь – ноги вместе, в чередовании с ходьбой на месте (2–3 раза) – *для того чтобы, наши ковры – самолеты опустились, нужно на них попрыгать.*

7. И.п. – о.с., руки вниз. 1–4 – правую прямую ногу поднять назад под углом 90о, туловище наклонить вперед, руки в стороны. То же с другой ноги (4–6 раз) – *а теперь опускаемся вниз как изящные ласточки.*

***(Дети убирают коврики на место, берут мячи «Ёжики» перестраиваются в шеренгу по одному)***

**Инструктор:**  *Первые с кем мы познакомимся в стране веселых мячей, конечно же, волшебные массажные мячи «Ёжики»*

**Динамическая пауза “Ёжик” (самомассаж)**

Мы возьмем в ладошки «Ежик» (берем массажный мячик)   
И потрем его слегка,                 (в одной ручке держим мячик, другой проводим по нему)     
Разглядим его иголки,               (меняем ручку, делаем то же самое)     
Помассируем бока.                    (катаем между ладошек)     
«Ежик» я в руках кручу,            (пальчиками крутим мячик)     
Поиграть я с ним хочу.   
Домик сделаю в ладошках –      (прячем мячик в ладошках)     
Не достанет его кошка.             (прижимаем ладошки к себе)

***(Выполняют движения по тексту стихотворения.)  
Воспитатель фотографирует детей, и расставляет необходимое оборудование.***

**Инструктор:** *Жители страны Веселых мячей приготовили для вас испытание. С помощью фишек, вам надо поделиться на 5 групп по три человека, найти номер своей станции, убрать фишку в коробку, изучить схему и по сигналу свистка выполнять движения. Направо, убираем мячи и берем фишки.*

**Основные виды движений**

***(По принципу круговой тренировки с использованием рисунков-схем.)  
Дети расходятся по три человека на каждую станцию. Станции пронумерованы цифрами от 1 до 5.***

1. “ Футбол” – передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой стоя на месте;
2. «Боулинг» - прокатывание мячей по прямой двумя руками (большой мяч по широкой дорожке, средний мяч по средней дорожке, маленький - по узкой.)
3. “Волейбол” – перебрасывание мяча друг другу снизу;
4. “Отбей мяч» - отбивание мяча правой левой рукой стоя на месте;
5. “ Баскетбол ” – забрасывание мяча в баскетбольную корзину двумя руками из-за головы;

***(Во время выполнения упражнений воспитатель фотографирует детей.***

***Дети убирают мячи, строятся в круг.)***

**Инструктор:** *Я предлагаю познакомится еще с одним жителем страны мячей – «Мяч – мякиш» Он веселый, быстрый, ловкий, так и просит поиграть с ним в игру «Ловишка с мячом»*

***Игра « Ловишка с мячом*»**

Считалкой выбирается ловишка, ловишка становится в центр зала, по сигналу «Раз, два, три – лови!» начинает бегать за детьми, ловить, задевая мячом. Пойманный ребенок отходит в сторону к воспитателю. По сигналу свистка игра заканчивается и выбирается новый ловишка, из оставшихся детей.

**Заключительная часть**

**Инструктор:** *Ребята мы познакомились с разными видами мячей: массажный, мякиш, волейбольный, баскетбольный, футбольный. Я думаю, что достаточно собрали информации для репортажа и можем ее отправить. Для этого у нас есть интернет. Всю информацию с флэшки мы передадим корреспонденту газеты “Спорт”.*

***(Воспитатель через ноутбук “отправляет” информацию****.)*

**Инструктор:**  *Пришло время возвращаться домой. Из путешествия всегда возвращаются с памятными подарками. Но жители «Веселой страны мячей в растерянности, какой мяч нам подарить «Мякиш» или «Ежик»? Наш путь лежит через океан, необходимо выбрать мяч который не боится воды и умеет плавать. Ребята попробуйте выбрать такой мяч?*

***(Выбор детей)***

**Инструктор**: ***А*** *как проверить?*

**Эксперимент**

***(Воспитатель выносит таз с водой, в него опускаются мячи «Мякиш» и «Ёжик», дети наблюдают, какой потонет, а какой будет плавать, делают выводы и заключение.)***

**Инструктор:** *Вот этот мяч нам подойдет. Он умеет плавать и не боится воды! Мы с ним через океан поплывем на лодочке. Построились в круг. Направо****.***

**Пальчиковая игра “Лодочка**”

|  |  |
| --- | --- |
| Две ладошки прижму | *Две ладони соединить “лодочкой”,* |
| И по морю поплыву. | *Большие пальцы согнуть внутрь.* |
| Две ладошки, друзья, | *Выполнять волнообразные движения руками.* |
| Это лодочка моя. |  |
| Паруса подниму, | *Поднимать попеременно руки вверх, разжимая пальцы.* |
| Океаном поплыву. |  |
| А по бурным волнам | *Волнообразные движения руками.* |
| Плывут рыбки тут и там. |  |
| А через горы мы перелетим  На воздушном шаре. |  |

**Дыхательная гимнастика “Воздушный шар”**

**Инструктор: *Глубокий вдох, выдох, надуваем щеки. (3 раза)***

**Релаксация**

***(Включить музыкальное сопровождение)***

**Инструктор:** *А сейчас вы закроете глаза, расправите плечи, медленно опустите голову. Вспомните свое путешествие в сказочную страну Веселых мячей. Почувствуйте, как ваше тело наливается теплом, светом, добром. Запомните это ощущение. А жители сказочной страны мячей приготовили вам сюрприз. На счет три вы откроете глаза. 1–2–3* ***(в это время воспитатель срезает шары, подвешенные к потолку, на детей падают воздушные шары. Каждый берет себе по шарику.***

**Инструктор:**

*Путешествие закончилось! Ура!  
Спасибо, вам мои, друзья!  
В заключительный парад.  
Приглашаю я ребят!*

*Приходи ко мне! Я жду!  Всех зову  и призываю  физкультуру полюбить, а   с мячом друзьями быть, и здоровье своё хранить!!!*

***Дети с воздушными шарами под веселую музыку проходят по залу и уходят в группу****.*