***ЗАЯЦ И ЕГО ДРУЗЬЯ***

***Конспект интегрированного занятия по физическому воспитанию***

***в старшей группе № 2***

 ***Провели: ТрушинН.В.,инструктор***

 ***по ФИЗО***

 ***Дидык Е.А., логопед***

 ***Лелекова Л.В., психолог***

 ***ГБОУ прогимназия № 1642***

*Москва, 2013*

**Число:** 10.12.2013

**Группа:** старшая

**Тема:** открытое занятие для родителей

**Задачи:**

* показать родителям методы и приемы совершенствования двигательных навыков детей с помощью физических упражнений и совместной деятельности инструктора по ФИЗО, логопеда и психолога,
* укреплять здоровье детей, их разносторонне развитие;
* развивать адаптационные возможности и повышать работоспособность детского организма;
* формировать правильную осанку и проводить профилактику плоскостопия;
* упражнять детей в разных видах ходьбы и бега, упражнять детей в прыжках из обруча в обруч, в ходьбе по камушкам, в подлезании через препятствие без помощи рук;
* совершенствовать навыки работы с мячом;
* воспитывать доброжелательное отношение к сверстникам;
* развивать ловкость, равновесие, внимание
* обобщать комплексы артикуляционных упражнений;
* развивать мускулатуру лица (самомассаж);
* стимулировать поверхности ладони и ступни точечным массажем;
* закреплять комплексы голосовых и релаксационных упражнений

**Оборудование:** гантели по количеству детей, обручи средние, камушки, дуги h-50 см, мячи средние, мячи малые, корзинки, мячи массажные, магнитофон, аудиозаписи.

**Ход занятия.**

**I часть. Подготовительная.**

Дети стоят врассыпную.

*Инструктор по ФИЗО:* Здравствуйте, ребята! Сегодня мы станем с вами героями сказочной истории, а кто будет ее главный герой - отгадайте сами:

Не барашек и не кот,

Носит шубу каждый год.

Шуба серая для лета,

Для зимы другого цвета.

*Дети:* Заяц.

*Инструктор по ФИЗО:* Заяц в лесу живет со своей семьей.

Папа – заяц.

Мама – (дети отвечают) – зайчиха.

И их дети - (дети отвечают) – зайчата.

А теперь давайте с вами поиграем.

*Логопед:*Авторская артикуляционная гимнастика «Зайки»

Утром зайчики проснулись

Улыбнулись, потянулись («Улыбка»)

Отворили настежь двери («Окошко»)

Влево, вправо, посмотрели («Часики»)

Наклонились вверх и вниз («Качели»)

Так найти хотели приз («Удивление»)

На дворе стояла горка («Горка»)

И качели у пригорка («Качели»)

Мяч по полю погоняли («Футбол»)

Все устали, зазевали («Зевота»)

Наигрались, отдыхать

Завалились на кровать («Широкий язык»)

Мама блинчик им дает, («Блинчик»)

Черный чай по чашкам льет («Чашка»)

Кто с вареньем или с медом

Блинчик в рот скорей кладет («Вкусное варенье»)

Подкрепились, отдохнули

И отправились в поход.

 После зарядки заяц решил навестить своих друзей.

Дети построились в колонну по одному, идут вслед за зайцем.

*Инструктор по ФИЗО:* В лес осенний друг за другом

Мы идем!

На носочках мы ступаем

И не отстаем*!*

 Дети идут на носочках, руки на поясе.

*Инструктор по ФИЗО:* А теперь на пятках дружно

Мы пойдем!

Впереди шагает заяц,

 Мы не отстаем!

Дети идут на пятках, руки убирают за спину «полочкой».

*Инструктор по ФИЗО:* Шире шаг, смелей иди.

Кочки будут впереди.

Полоса препятствий:

* прыжки из обруча в обруч на двух ногах, руки на поясе;
* ходьба по «кочкам» (камушкам);
* подлезание под препятствие, не касаясь руками пола.

*Инструктор по ФИЗО:* А теперь мы побежим.

Дети бегут по кругу обычным бегом, бег с подскоком, боковой галоп вправо.

Ходьба обычная с выполнением упражнений на восстановление дыхания. Перестроение из колонны по одному в три колонны за ведущим. Дети берут в руки гантели.

*Инструктор по ФИЗО:* Белку видим впереди…

Где живет она, скажи?

*Дети:* В дупле.

*Инструктор по ФИЗО:* Ее деток назови.

*Дети:* Бельчата.

**II часть. Основная.**

*Инструктор по ФИЗО:* Все мы встали по порядку

На веселую зарядку.

Белка и бельчата,

Заяц и ребята.

 ОРУ с гантелями.

1. И.п.- о.с., гантели в руках, руки опущены. Наклоны головы в стороны. 7-8 раз
2. И.п.- то же. Плечи поднять и опустить. 7-8 раз
3. И.п.- то же, 1- поднять руки через стороны до уровня плеч, 2- опустить вниз, 3-4-тоже. 7-8 раз
4. И.п.- ноги на ширине плеч, руки у плеч впереди. 1- опустить руки вниз, 2 – вернуться в и.п. 7-8 раз
5. И.п.- ноги на ширине плеч, одна рука у плеча, вторая – опущена. Менять руки местами. 7-8 раз
6. И.п.- ноги на ширине плеч, одна нога впереди другой, руки с гантелями на уровне груди, руки согнуты в локтях. «Боксировать руками». 7-8 раз
7. И.п.- ноги на ширине плеч, руки вытянуты вперед. 1-отвести правую руку назад, левая остается в и.п.; 2- вернуться в и.п.; 3-4- то же левой рукой. 7-8 раз
8. И.п.- ноги на ширине плеч, руки с гантелями на поясе. Наклоны туловища вправо-влево, рука с гантелей выполняет наклон над головой в ту же сторону. 7-8 раз
9. И.п.- ноги на ширине плеч, гантели в руках, руки опущены. 1- поднять руки вверх, 2- наклониться вперед, положить гантели на пол, 3-4-вернуться в и.п., 5-6- поднять гантели с пола, 7-8- вернуться в и.п. 3-4 раза
10. И.п.- сидя на полу, гантели в руках, руки согнуты в локтях. На 4 счета идти назад, на 4 счета-вперед.
11. И.п.- лежа на полу, руки с гантелями над головой. Подняться в положение сидя, вернуться в и.п.
12. И.п.- сидя на коленях, руки с гантелями над головой. 1- прогнуться назад, коснуться правой рукой с гантелей правой пятки, 2-вернуться в и.п. 3-4- то же левой рукой. 7-8 раз

*Инструктор по ФИЗО:* до свидания, белка и бельчата, а мы идем дальше.

На опушке встретил нас медведь,

Может громко он реветь.

В доме он своем живет

И детей своих зовет.

Назовите детенышей медведя, ребята!

*Дети:* Медвежата.

*Инструктор по ФИЗО:* Где живет медведь?

*Дети:* В берлоге.

*Инструктор по ФИЗО:* Будем спортом заниматься

И немного закаляться,

Медведь и медвежата,

Заяц и ребята.

**Основные движения** (проводятся по принципу круговой тренировки)

* Метание малого мяча в горизонтальную цель (корзинку). Дети по очереди встают в обруч, берут мяч и забрасывают его в корзинку с расстояния 1,5 м.
* Бросок мяча от груди двумя руками (во время броска дети отвечают на вопросы психолога).

 Назови детенышей.

 *Здесь нас ждут зверята – шаловливые ребята.*

*Они ушами шевелят, друг про друга говорят.*

*А что говорят, мы узнаем, когда поиграем.*

 Назови детенышей.

У волка маленький … (волчонок).

У лисы маленький … (лисенок).

У зайца маленький … (зайчонок).

У белки маленький … (бельчонок).

У медведя маленький … (медвежонок).

 Кто в домике живет?

В логове живут маленькие … (волчата).

В норе живут маленькие … (лисята).

В дупле живут маленькие … (бельчата).

В норке живут маленькие … (ежата).

В берлоге живут маленькие … (медвежата).

 Кто кого позвал?

Волк позвал своих … (волчат).

Лиса позвала своих … (лисят).

Заяц позвал своих … (зайчат).

Белка позвала своих … (бельчат).

Еж позвал своих … (ежат).

Медведь позвал своих …(медвежат).

*Инструктор по ФИЗО:* До свидания, Медведь и Медвежата.

Мы по камушкам прошли

И к полянке подошли.

*Логопед:* Загадка

Посмотри: колючий мяч!

Только он не мчится вскачь.

Мяч скатился за порожек,

Оказалось – это … ёжик.

Зайчик с ёжиком пока

Дружат лишь издалека.

Почему пока не дружат зайчик и ёжик?

*Дети*: Потому, что ежик колючий.

*Логопед*: Ну, а вот бегут ребята

Все в колючечках … ежата.

Мы ежат возьмем в ладошки

Покатаем их немножко.

*Логопед:* Точечный массаж резиновым мячиком с «шипами» ладоней и ступней.

Ёжик-чудачок:

 Хитрый ежик-чудачок

 Сшил забавный пиджачок: (ребенок катает мячик–ежик ладонями)

 Сто иголок на груди,

 Сто булавок позади.

 Ходит еж в лесу по травке,

 Натыкает на булавки (ребенок катает мячик-ежик стопой)

 Грушу, сливу – всякий плод,

 Что под деревом найдет. (ребенок сжимает мячик–ежик ладонями)

 И с подарочком богатым

 Возвращается к ребятам.

 Подвижная игра "Мышеловка". Цель: совершенствовать скоростные качества детей, развивать внимание, ловкость, учить детей четко выполнять правила игры.

**III часть. Заключительная.**

*Логопед:* Авторская методика массажа лица, упражнения на релаксацию, голосовые упражнения на восстановление дыхания.

Зайка долго наш гулял, потянулся – он устал!

Глазки лапками закрыл, всю дорогу повторил:

Ветки по лицу хлестали, мушки в щеки покусали,

Белка хвостиком ласкала, своим мехом щекотала,

То крапива щечки жгла, то ужалила пчела: «Ж-ж-ж».

Ёж колючками задел, а медведь чуть-чуть не съел (басом): «А-а-а».

С волком выли на луну «У-у-у…»

Видно, быстро я засну!

Построение в одну шеренгу. Подведение итогов занятия.

 Под музыку дети выходят из зала.