СЕВЕРНОЕ ОКРУЖНОЕ УПРАВЛЕНИЕОБРАЗОВАНИЯ ДЕПАРТАМЕНТАОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА МОСКВЫ ДЕТСКИЙСАД КОМПЕНСИРУЮЩЕГО ВИДА№1854(ГБОУдетскийсад№1854)

**ИНТЕГРИРОВАННОЕ ЗАНЯТИЕ,**

**посвящённое открытию ХХII олимпийских игр.**

**«Здоровые дети – в здоровой семье».**

**7 февраля 2014г.**

Цель:

1. Познакомить детей историей Олимпиады;
2. Рассказать о подготовке России к Олимпиаде в Сочи, ее символах;
3. Познакомить с Олимпийскими видами спорта;
4. Способствовать формированию потребности здорового образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью;
5. Развивать физические качества: силу, ловкость, гибкость, ориентировку в пространстве, координацию движений, быстроту, равновесие, двигательное творчество.

Презентация.

Олимпийские игры зародились игры Древней Греции. Занятия спортом и спортивные соревнования начались уже в этом древнем периоде. Победителей на соревнованиях греки почитали, как героев на войне. «В здоровом теле здоровый дух»,-так считали древние греки.

И сейчас во всем мире поддерживают эту традицию.

-А вы знаете символы олимпийских игр?

**Олимпийский огонь**. Как зажигают Олимпийский огонь? Перед началом игр в Олимпии (Греция) от лучей Солнца с помощью увеличительного стекла зажигается факел. Первый бегун берет старт от горы Олимп, и на протяжении всего пути следующий факел зажигается от предыдущего. Последний бегун появляется на стадионе во время открытия Олимпийских игр, и от его факела зажигается Олимпийский огонь.

**Олимпийские кольца**. Они символизируют пять частей света, участвующих в Олимпийских играх : Синий — Европа; черный — Африка; красный — Америка; желтый — Азия; зеленый — материки Австралия и Новая Зеландия.

**Талисманы.** По мнению организаторов, выбранные талисманы – настоящие мастера спорта : **Леопард** предпочитает быстрый спуск с горы на сноуборде и готов поделиться своими умениями со всем друзьями, **Белый медведь** с удовольствием [катается на санках](http://murana.ru/articles/family/sledge.html) и станет верным помощником бобслеистов, **а**[**Зайка**](http://murana.ru/articles/story/rabbit-facts-photos.html), прирождённая фигуристка, создаст на Олимпийских играх в Сочи атмосферу праздника.

[**Девиз**](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9E%D0%BB%D0%B8%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9_%D0%B4%D0%B5%D0%B2%D0%B8%D0%B7) — «быстрее, выше, сильнее»

Каждые 4 года проводятся летние и зимние олимпийские игры. Проводить олимпийские игры считается честью и многие страны борются за проведение их. Этой чести удостоилась и наша страна и сегодня, в городе Сочи открываются 22 олимпийские игры.

- Какие зимние олимпийские вида спорта вы знаете?

**Хокке́й** — вид спорта, в котором две команды стараются поразить твёрдым, круглым [мячом](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D1%8F%D1%87) или [шайбой](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A8%D0%B0%D0%B9%D0%B1%D0%B0_(%D1%85%D0%BE%D0%BA%D0%BA%D0%B5%D0%B9_%D1%81_%D1%88%D0%B0%D0%B9%D0%B1%D0%BE%D0%B9))  [ворота](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D0%BE%D1%80%D0%BE%D1%82%D0%B0_(%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82)) противника, используя [клюшки](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%BB%D1%8E%D1%88%D0%BA%D0%B0). В каждой команде есть один [вратарь](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D1%80%D0%B0%D1%82%D0%B0%D1%80%D1%8C), который защищает ворота своей команды.

**Фигурное катание.**

**Конькобежный** **спорт** или скоростной бег на коньках — вид **спорта**, в котором необходимо как можно быстрее на коньках преодолевать определённую дистанцию на ледовом стадионе по замкнутому кругу.

**Шорт-трек включен всего 20 лет назад**. Это тоже скоростной бег на коньках, но только по хоккейному полю.

**Соревнований на лыжах несколько видов: горнолыжный спорт, лыжные гонки, прыжки на лыжах с трамплина и**

[**Фристайл**](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A4%D1%80%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%B0%D0%B9%D0%BB_(%D0%BB%D1%8B%D0%B6%D0%BD%D1%8B%D0%B9_%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82)) — вид лыжного спорта,  [лыжная акробатика](http://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%9B%D1%8B%D0%B6%D0%BD%D0%B0%D1%8F_%D0%B0%D0%BA%D1%80%D0%BE%D0%B1%D0%B0%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B0&action=edit&redlink=1).

**Биатлон**.  Сочетает лыжную гонку со стрельбой из винтовки, стрельбу из спортивного лука, гонку на охотничьих лыжах и стрельбу из охотничьей винтовки

**Са́нный** **спорт** — зимний олимпийский вид **спорта**, в котором участники соревнуются в скоростном спуске на санях по специальным трассам. Правила санного спорта достаточно просты — побеждает спортсмен, прошедший трассу за наименьшее время

**Бобсле́й** — зимний олимпийский вид спорта, представляющий собой скоростной спуск с гор по специально оборудованным ледовым трассам на управляемых санях — [бобах](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%91%D0%BE%D0%B1_(%D1%81%D0%B0%D0%BD%D0%B8)). Трасса для бобслея представляет собой ледяной жёлоб на железобетонном основании, имеющий различные по крутизне повороты и виражи. Команда состоит из 2,4 человек

**Сноубо́рд(инг)** — [олимпийский вид спорта](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9E%D0%BB%D0%B8%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B5_%D0%B2%D0%B8%D0%B4%D1%8B_%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82%D0%B0), заключающийся в спуске с заснеженных [склонов](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%BA%D0%BB%D0%BE%D0%BD) и гор на специальном снаряде — [сноуборде](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%BD%D0%BE%D1%83%D0%B1%D0%BE%D1%80%D0%B4_(%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D1%8B%D0%B9_%D0%B8%D0%BD%D0%B2%D0%B5%D0%BD%D1%82%D0%B0%D1%80%D1%8C)). Изначально зимний вид спорта, хотя отдельные экстремалы освоили его даже [летом](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9B%D0%B5%D1%82%D0%BE), катаясь на сноуборде на песчаных склонах. Его недавно включили.

**Кёрлинг** — командная [спортивная игра](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D0%B0%D1%8F_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D0%B0) на [ледяной](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9B%D1%91%D0%B4) площадке. Участники двух команд поочерёдно пускают по льду специальные тяжёлые [гранитные](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%93%D1%80%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D1%82) снаряды. При розыгрыше камня игрок отталкивается от стартовой колодки и разгоняет по льду камень. При этом он пытается либо добиться остановки камня в определённом месте, либо выбить из зачётной зоны камни противников, в зависимости от текущей тактической цели. Другие игроки команды могут с помощью специальных щёток тереть лёд перед камнем, тем самым слегка подправляя его движение. От каждой команды — четыре игрока.

Но спортом занимаются не только взрослые, но и многие дети тоже. В нашей стране очень много различных секций для занятий спортом детьми. Посмотрите, чем занимаются эти ребята, какими видами спорта?

Ход занятия:

Заходит **Андрейка-Неболейка**.

-Здравствуйте, ребята! Я слышал вы говорили о спорте. А для чего нам надо бегать, играть, заниматься спортом? (*Чтобы быть здоровыми*)

**А-Н .** Только тот всегда здоров,

Кто по совету докторов,

Очень любит закаляться,

Любит спортом заниматься

Вы скажите мне, ребятки,

Утром делали зарядку? ( Да )

Ну-ка, дети, становитесь,

Подтянитесь, улыбнитесь,

И, конечно, для порядка

Начинается зарядка.

**Под музыку все дети делают зарядку.**

Молодцы! Вижу вы со спортом дружите! Тогда:

Сегодня в путешествие

Хочу вас пригласить!

За морями, за лесами.

Есть огромная страна

Страною «Здоровячков» зовется она.

**Ведущий.** В путь дорогу собираемся

За здоровьем отправляемся

Впереди препятствий много

Будет трудная дорога!

**А-Н.** Чтоб ее преодолеть

Нам придется попотеть Дети строятся в колонну по одному

Мы шагаем друг за другом Ходьба друг за другом

Лесом и зеленым лугом

Дальше, дальше мы шагаем

Ножки выше поднимаем

Раз, два, три, четыре –

Шаг потверже, взмах пошире,

Веселей, дружок, шагай,

Посмелей не отставай!

Мы в пещеру проползем Ползание под дугами на четвереньках с опорой на колени и ладони.

Много нового найдем.

Мы по мостику пройдем Переходим через мостик

На тот берег попадем

А теперь на месте стоп!

И налево (направо) поворот.

**Ведущий.** Ой, какая незадача, в горах случился обвал и наш путь преградили камни, которые нам придётся убрать.

**Эстафета «Перенеси больше предметов».**

Дети делятся на две команды. Перед каждой командой корзина, в 6-7 шагах от стартовой линии обручи в них произвольном порядке положены мелкие предметы. Количество предметов в 5-6 раз превышает количество участников команды.

Первые участники бегут к своему обручу и переносят предметы двумя руками в корзину, находящуюся возле стартовой линии. Передав эстафету следующему участнику, они встают в конец колонны. Следующие участники выполняют те же действия.

**А-Н** Молодцы! Я вижу, что вы любите заниматься спортом. Сильные, ловкие! Дорогу расчистили!

Устали. Объявляю привал!!

**Ведущий.** А пока мы отдыхаем,

Давайте загадки о спорте отгадаем!

**«Доскажи словечко»**1. Шишку тот себе набьёт,  
 Кто вдруг шлёпнется на …(*лед*).  
2. Вышел Ванечка на лёд,  
 По воротам шайбой бьёт.  
 Палкой шайбу бьёт Ванюшка?  
 Нет! Не палкой. Это — … *клюшка*.   
**Загадки.**

**А-Н** . А я тоже знаю! Только сложные! Ребята ни за что не отгадают! 1. Две в руках, две в ногах,  
 Мчусь по снежным искрам,  
 Не проваляться в снегах  
 Ноги мои быстрые.           (*лыжи*)  
2. Куда Ваня, туда мы,  
 Мы забава в дни зимы.  
 И отлично нынче мы  
 К башмакам привинчены.     (*коньки*).  
3. Всё лето стояли,  
 Зимы ожидали.  
 Дождались поры –   
 Помчались с горы.             (*санки*).

**Ведущий.** Видишь Андрейка, какие умные у нас ребята.

**А-Н.** Молодцы! Тогда предлагаю поиграть. Пусть каждая команда принесет себе в корзину предметы, необходимые для занятий зимними видами спорта. Посмотрим, какие ребята сообразительные! *(Выбрать предметы, сложить в корзину, объяснить зачем нужны*)

**Ведущий.** Но чтобы быть здоровым надо не только спортом заниматься, но и следить за собой, быть чистым, аккуратным, умываться, знать предметы личной гигиены. А ты Андрейка их знаешь?

**Загадываем загадки:**

Целых 25 зубков

Для кудрей и хохолков

И под каждым под зубком

Лягут волосы рядком.

**А-Н** . Да это же рука, я рукой расчесываю

**Дети**: Не правильно! *Называют правильный ответ.*

Ускользает как живое,

Но не выпущу его я.

Белой пеной пенится

Руки мыть не ленится.

**А-Н**: Что-нибудь отвечает неправильное

**Дети**: Не правильно! *Называют правильный ответ.*

Мягкое, пушистое,

Чистое-чистое.

О него мы руки вытираем

И на место убираем

**Ведущий.** О, это точно знаю, рукав, я им вытираюсь

**Дети:** *Называют правильный ответ*

**Ведущий.** Дарим, Андрейка, тебе предметы личной гигиены, пользуйся ими каждый день и ты станешь не только красивым и опрятным, но и здоровье сохранишь.

**(дарят полотенце, мыло, расческу)**

**А-Н :** Молодцы! Вижу теперь вы все знаете и о спорте, и о здоровье! Наше путешествие подошло

к концу. Нам пора прощаться! Я желаю вам ребята расти послушными и здоровыми на

радость вашим папам и мамам. Будьте здоровы!

**А мы пойдем в свои группы и подкрепим свой организм витаминами.**