Интегрированный физкультурно-позновательный досуг в старшей группе

на тему: «НАЗАД В БУДУЩЕЕ»

инструктор по физической культуре

Грицык Оксана Александровна

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение муниципального образования город Краснодар

"Детский сад комбинированного вида № 64 "Дружба"

**Интеграция образовательных областей:** «Социализация», «Коммуникация», «Познание», «Физическое развитие».

**Цели**:

1. Продолжить развивать у детей физические качества (ловкость, быстроту, силу, выносливость, меткость). А так же развивать эмоционально.
2. Формирование интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой.
3. Создание у детей радостного настроения.

**Задачи:**

1. *Физического развития:* закрепить умение играть в игры с мячом. Развитие меткости и ловкости, а так же координации движений. Формирование правильной осанки, и опорно-двигательного аппарата.
2. *Познавательные:* Формировать у детей интерес к истории. Формировать интерес к новым открытиям.
3. *Речевые:* Развивать умение вести диалог. Формировать правильное произношение путем хорового произношения игровых текстов, счета в обратном порядке от 10 до 0.
4. *Воспитательные:* Воспитывать в детях чувство коллективизма, сочувствия к проблемам других, формировать умение совместно находить решение поставленной задачи.

**Физкультурное оборудование:** Мячи резиновые (диаметром 30 см. по количеству детей). Мячи массажные (по количеству детей). Мячи и клюшки для гольфа (по количеству детей), дуги или тоннели(2-3 шт. на человека). Мячи, утяжеленные для метания (по 3-4 на человека), корзина.

**Пособия:** Кукла с открывающимся ртом «Маша».

**Декорации:** «Машина времени», колбы и оборудование для лаборатории.

**Оборудование:** Интерактивная доска для мультимедиа. Ноутбук, музыкальный центр или колонки.

**Методические приемы:** Игры, физическая разминка, ОРУ, хоровое проговаривание игровых текстов и стихов, анализ, подведение итогов, словесное поощрение.

**Ход работы**

(Дети заходят в физкультурный зал, оборудованный под лабораторию, их встречает профессор).

***Профессор:*** Рад приветствовать Вас друзья в своей лаборатории. Я- Профессор Иванович Методичкин. Вы пришли на экскурсию?

***Дети:*** (ответы детей).

***Профессор:*** Ну тогда вы попали в самую интереснейшую лабораторию в мире, в ней я изобретаю много разных приборов и провожу столько экспериментов, скорее пойдемте я все покажу, только вот позову свою ассистентку Машу, она тоже очень любит гостей.

-Маша,Маша (зовет профессор).

Странно она обычно всегда рядом и мне помогает, ну да ладно, я все и так покажу.

(обращает внимание детей на яркую коробку со множеством кнопок)

Смотрите ребята, это самое дорогое мне изобретение – «Машина времени», на ней я мечтаю отправиться в разные страны в прошлое и будущее, только она еще немного не доделана и не может еще пока человека отправить в настоящее.

(нажимает нечаянно кнопку на ноутбуке и на интерактивной доске появляется видео обращение ассистентки куклы Маши)

***Маша:*** -Профессор Иванович, я сегодня у себя во дворе увидела объявление, там проходит конкурс на лучший мяч двора, так ведь мой мяч самый лучший, я, я хочу победить! Но к сожалению так и не смогла определиться какой же из моих мячей самый достойный победы, вот и отправилась на Вашей машине времени в прошлое искать самый лучший мяч. До встречи ваша Маша!

***Профессор:*** Какое горе, все пропало, Маша отправилась в прошлое на неисправной машине времени, мне нужная деталь только сейчас пришла посылкой, что же делать, кто же ей поможет?

***Воспитатель:*** Ребята давайте мы поможем Профессору Ивановичу отыскать в прошлом Машу и вернуть ее обратно (Ответы детей).

***Профессор:*** Спасибо Вам друзья, я мигом починю машину времени, только вы не испугаетесь? (дети отвечают), ну тогда за дело (вытаскивает из посылки деталь и кладет ее в «Машину времени»). Отправляемся по следам Маши, вводим в «Машину времени» данные «построить маршрут последнего путешествия». И так в путь!

**Разминка.** (Выполняется по кругу и под музыкальное сопровождение)

№1 Заводим моторы: И.П.- стойка ноги врозь, руки вперед, кулаки сжаты. 1-8 круговые движения кулаками в правую сторону.1-8 то-же в левую сторону.

№2 Проверяем винты: И.П.- То-же. 1-8 Круговые движения руками вперед.1-8 То-же назад.

№3 Пошел обратный отчет (считаем хором): И.П. – Стойка ноги врозь, руки на пояс.

10-5 Наклон головы вперед. 5-0 Наклон головы к плечам.

№4 Поехали: Бег по кругу в колоне, руки в стороны.

№5 Попали в зону турбулентности: Прыжки вперед в колоне по кругу. Ноги вместе, руки на пояс.

№6 Уклоняемся от метеоритов: Прыжки из стороны в сторону, ноги вместе руки на пояс.

№7 Плавное приземление: Ходьба по кругу и дыхательные упражнения.

***Машина времени:*** (звучит голос и на экране появляется фото первых мячей в древние времена) Первый пункт прибытия Древняя Русь.

***Профессор:*** По всей видимости Маши уже здесь нет, Ребята а кто мне скажет могли ли понравиться Маши мячи, которые были у людей в древние времена. (ответы детей и дополнение их). Конечно, мячи в те времена были очень некрасивые, тяжелые те которые делались из камней и глины, неудобные из тряпок, и очень хрупкие , те которые были плетеные из соломы. Глядите дети, древние мальчишки и девчонки не умели играть в мяч как мы, они его только кидали друг другу и ловили и не знали много игр, а давайте научим их кидать мяч в корзину.

**Игра « Меткий стрелок»** (под музыкальное сопровождение)

*Правила:* тяжелые мячи для метания рассыпаны по площадке, очерчен большой круг на расстоянии нескольких метров вокруг цели (корзина пустая), дети берут мяч и забрасывают в корзину.

***Воспитатель:*** Какие вы молодцы детки, научили играть в мяч других детей, чем доставили им огромное удовольствие.

***Профессор:*** Пора в путь, ведь в древней Руси Маши нет. Следующий пункт назначения в маршруте – это древний Рим (идет обратный отчет, считаем вместе с детьми, на экране появляется изображение первых кожаных мячей в древнем Риме) Смотрите ребята, мы перенеслись в Рим 2 тыс. лет назад. В это время жил один учитель гимнастики Атциус, он проходя мимо мясной лавки увидел большой бычий пузырь, надутый воздухом и на ветру он колышась и ударяясь о стену отскакивал. Атциус купил такой же пузырь, надул и обшил его кожей, так и получились первые кожаные мячи, они были легкими и хорошо отбивались от земли. А вы ребята знаете, где такие мячи у нас в современности применяются? (ответы детей). Маши здесь тоже не оказалась, она по всей видимости и здесь не нашла подходящего мяча, что ж пора в путь. (Обратный отчет, появляется кукла Маша, а на экране Америка до ее открытия Колумбом и первые мячи из каучука).

***Маша:*** ух ты здравствуйте Профессор Иванович, здравствуйте ребята, а что вы здесь делаете? Как вы меня нашли?

***Профессор***: Здравствуй Маша, как мы рады, что нашли тебя, ты же не знала и отправилась в путешествие на неисправной «Машине времени» и никогда бы не смогла вернуться назад в будущее.

***Маша:*** Ого! Так страшно, но вы такие смелые раз не побоялись отправиться за мной и я Вам за это, ну ооочень благодарна.

***Профессор***: Посмотрите мы приземлились в Америке еще до того как она была открыта Христофором Колумбом, здесь местными жителями были Индейцы, они то и придумали первые резиновые, а точнее каучуковые мячи. Каучук это смола Каучукового дерева, они ее собирали, и застыв она отлично принимала форму мяча, а также была долговечна и отскакивала от земли. Но и они не зналикак разнообразить использование мяча, давайте же покажем и научим их. (Раздать детям резиновые мячи и разойтись в рассыпную по залу).

**ОРУ с мячом.** (Выполняется в партере под музыкальное сопровождение)

№1 И.П. - Сидя на пятках, руки прямые с мячом над головой.

1. Наклон в правую сторону. 2 - И. П.3 - Наклон в левую сторону. 4 – И. П.

№ 2 И.П. – То же.

1 – Круговое движение руками в правую сторону.2 – То же влево.

№ 3 И.П. – То же, руки опущены, мяч перед собой.

1-8 – Перекатывание мяча вокруг себя. 8-16 –то же в другую сторону.

№ 4 И.П. – Сидя ноги врозь, руки с мячом перед грудью.

1 – наклон вперед. 2- И.П. (повторить 6 раз)

№ 5 И.П. – То же, руки с мячом над головой.

1 – Наклон к правой ноге. 2 – И.П. 3 – Наклон к левой ноге. 4 – И.П.

№ 6 И. П. – сидя ноги вместе, носки натянуты, руки с мячом перед грудью.

1 – катить мяч вперед до носков. 2- то же обратно. (Повторить 6 раз).

***Маша:*** Как здорово вы умеете, и всех научили, я вот теперь то же смогу такие упражнения делать, да, и когда найду самый лучший мяч на конкурсе для жюри их и покажу.

***Профессор:*** Ну что Маша мы тебе поможем отыскать лучший мяч, отправимся дальше (обратный отчет, на экране появляется Древняя Япония и стеклянные мячи). Вот смотрите мы в древней Японии, здесь в те давние времена мячи служили истинным украшением любого дома, их выливали из стекла, украшали разноцветными ниточками, обматывая в виде клубочков, и применяли их в качестве игр лишь в спокойных, где мяч нужно только тихонечко толкать. Это и стало прародителем современного гольфа и хоккея. Давайте покажем, как можно играть мячом с клюшкой.

**Игра «Гольф»** (под музыкальное сопровождение)

*Правила:* Дети построены в одну шеренгу, перед ними мячи для гольфа. На расстоянии 1 метр дуги (тоннели) для меткого забрасывания. Клюшкой необходимо толкнуть мяч, так чтобы он попал в тоннель.

***Маша:*** Увы, здесь тоже нет самого лучшего мяча.

***Воспитатель***: Маша, Профессор Иванович, так может мы у детей спросим какой мяч, по их мнению, самый лучший? (ответы детей) Вы все правы, и футбольный, и

баскетбольный, и волейбольный, и пляжный, и резиновый, и кожаный, все, все мячи по своему лучшие, только надо определиться для какой цели он нужен. Так что Машенька пора нам, наверное, возвращаться назад в будущее и выбрать тот мяч, который тебе просто понравится, а мы с ребятами тебе покажем, на наш взгляд, самые необычные мячи. (Обратный отчет). Вот мы и дома, смотрите какие веселые мячи, есть, у нас в современности они нужны для массажа (раздать массажные мячи детям)

**Самомассаж ладоней « Слива»**

Сливу я держу в руке (мяч в правой руке)

Зажимаю в кулаке (сжать мяч правой рукой)

Разжимаю, опускаю, и ладошками катаю (опустить мяч во вторую руку и покатать между ладошками).

***Маша***: Я, увы, вынуждена попрощаться с вами ребята, поспешу на конкурс, спасибо вам огромное за помощь, вы самые настоящие друзья. До встречи всем!!!

**Итог занятия (рефлексия)**.

***Профессор***: Ну что друзья Вам понравилось путешествие? (ответы детей). Мне тоже очень понравилось, а как вы думаете, удалось ли нам помочь Маше найти лучший мяч? (ответы детей). А что интересного вы узнали для себя? (ответы детей).

Какие вы молодцы, как много нового узнали, и очень многому научили, мы прям настоящая команда, я вами горжусь! А теперь пришлось прощаться, но думаю не надолго, до новых встреч друзья!!!