

**МКДОУ Детский сад № 6 «Ягодка»  
общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности  
по социально – личностному развитию детей**



## **Интегрированные занятия физической культурой**

Выполнила: Бутова Ю.В.  
инструктор по физкультуре

## «ЗИМНИЕ ЗАБАВЫ»

**Цель:** Формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой.

**Задачи:**

1. Упражнять детей в беге до ориентира, метании в цель, прыжках.
2. Обогащать двигательный опыт детей, развивать ориентировку в пространстве.
3. Формировать у детей начальные представления о ЗОЖ.

**Оборудование:** Игрушечные санки (4 -5 штук), пластмассовые игрушки снеговиков (4-5 штук), снежки из ваты, рукавица.

**Место проведения:** физкультурный зал.



**Ход**

*Дети и взрослые выстраиваются в круг.*

**Инструктор:** Начинаем зимний праздник:

Будут игры и забавы.

*Раздается стук. Выбегает Снеговик.*

**Снеговик:** Здравствуйте!

Меня вы узнали?

*(Дети отвечают хором).*

Значит, я попал туда, куда спешил!

*(Весь трясется).*

**Инструктор:** Что с тобой, Снеговик, у тебя же синий нос!?

**Снеговик:** Ребята, разве у меня синий нос?

**Дети:** Да! Синий.

**Инструктор:** А ты сегодня зарядку делал?

А физкультурой ты занимаешься?

**Снеговик:** А-а-а! Мне лень! Не хочу делать зарядку!

**Инструктор:** Снеговик, А мы бы научили тебя быть здоровым!

Правда, дети!

**Дети:** Да!

**Снеговик:** Не-е-ет, мне не хочется, это сложно!

**Инструктор:** Снеговик, ты не прав!

Это, наоборот, очень легко и интересно!

Если хочешь, мы тебя научим!

Правда, ребята!?

**Дети:** Да!

**Снеговик:** Ну-у-у, ладно! Попробую!

**Инструктор:** Снеговик смотри на ребят и повторяй за ними!

## **Общеразвивающие упражнения**

### «Снежинки»

Инструктор - Снежинки падают на землю:

1 -2 – руки поднять через стороны вверх,

3 -4 – плавно опускаем.

### «Снежки»

Инструктор - Поиграем в снежки.

Имитация игры:

1 -2 – наклон, руки вниз,

3 -4 – выпрямились – имитация метания.

### «Катание на санях»

Инструктор – Садимся в санки - будем кататься!

Дети встают парами, берутся за руки, «катаются» по большому кругу.

### «Отряхнемся»

Инструктор - Посмотрите – мы все в снегу!

Давайте отряхнемся.

### «Поймай снежинку»

Инструктор – Вот это да! Снег пошел! Ловите снежинки!

Дети подпрыгивают, хлопая руками над головой.

### «Греем руки»

Инструктор - Давайте греть руки.

Дети выполняют дыхательное упражнение.

**Инструктор:** Вот мы и согрелись.

Ведь, это не сложно Снеговик!

**Снеговик:** Да! Даже интересно!

**Инструктор:** Тогда поиграем!

## **Игра - соревнование**

*«Кто быстрее перевезет Снеговика»*

**Снеговик:** (Видит маленькие санки, которые инструктор вынес, для проведения этой эстафеты).

Ой, но я же не помещусь с эти ма-а-аленькие саночки!

**Инструктор:** А тебе, Снеговик, и не нужно в них садиться, ты же обещал нам!

**Снеговик:** Что! А, да - Учиться быть здоровым!

Тогда, зачем нужны эти саночки!

**Инструктор:** Для нашей игры. Вот тебе саночки, а эти детям, посмотрим, кто из вас самый быстрый!

*Проводится эстафета:* провести на саночках игрушку снеговика от кегли до кегли и обратно, при этом не уроним игрушку прийти быстрее других к финишу. Игра проводится 4-6 раз.

*Снеговик при этом везет сани медленно, теряет игрушку.*

**Снеговик:** Ну, я так не играю, опять вы меня опередили!

**Инструктор:** Да, видишь Снеговик, для чего нужна физкультура, чтобы не болеть, быть сильным, ловким, быстрым, вот как наши дети.

**Снеговик:** Да! Давайте еще поиграем!

**Инструктор:** Хорошо!

### **Подвижная игра-задание "Попади в цель"**

*Дети вместе со Снеговиком и инструктором берут снежки из ваты и бросают в корзину, оформленную как снежная горка, на расстоянии 1 метра.*

### **Подвижная игра «Веселые снежинки»**

*Текст:*

Снежинки по небу летят,  
Снежинки на землю хотят!  
Вдруг ветер подул сильней!  
Снежинки летят быстрее!  
Ветер утих - тало тихо кругом,  
Слетелись снежинки  
В один большой ком!  
**Снеговик:** Еще хочу поиграть! Топочет ногами.  
Так весело у вас!

### **Подвижная игра «Снежная карусель»**

**Инструктор:** Предлагаю катание на снежной карусели.

Еле – еле, еле – еле,  
Кружат снежные карусели.  
А потом-то, а потом,  
Все бегом, бегом, бегом.  
А теперь все тише, тише,  
Карусель вы остановите.

### **Малоподвижная игра «Догонялки»**

*Дети строятся в круг и передают друг другу рукавичку Снеговика, он пытается ее догнать.*

**Инструктор:** Снеговик, а нос - то у тебя стал красный, щечки розовые, ты уже не мерзнешь?

**Снеговик:** Нет! Я уже согрелся!  
И теперь я всегда буду делать зарядку,  
заниматься физкультурой и спортом!

**Инструктор:** Ну, что же, это хорошо, но нам пора прощаться!  
До свидания Снеговик!

**Снеговик:** До свидания!

*Дети строятся парами и уходят в группы.*

## «Ёлочка ищет друзей»



**Цель:** Формирование интереса к физической культуре и стремления добиваться результата – «добежать», «допрыгать», «донести».

**Задачи:**

Учить детей принимать правильное исходное положение при выполнении упражнений, совершенствовать бег с предметами в играх-эстафетах, вырабатывать умение и навыки самостоятельно применять изученные ранее движения в игровой обстановке.

Развивать у детей интерес к спортивным состязаниям, умение сохранять правильную осанку в ходьбе, беге, в положении стоя.

Воспитывать внимание и интерес к окружающей действительности и явлениям природы.

Пробуждать желание добиваться определенных результатов.

**Ход:**

*Спортивный участок празднично украшен, близстоящая елка украшена новогодними игрушками и мишурой.*

**Ведущая -**

Не рубили елочку

Мы под Новый год –

Возле сада нашего

Елочка растет (*показывает на елку, стоящую рядом со спортивным участком и украшенную игрушками*).

Облепили елочку

Звезды и флажки,

И горят на елочке

Чудо – огоньки.

Но, вот скучно елочке,

Ищет елочка друзей.

Подходите к ней скорей.

*Дети подходят к елке и под музыку поют песню «В лесу родилась елочка»*

**Ведущая –**

Наша елочка родилась в лесу, потом ее принесли в наш детский сад и посадили здесь, теперь она ищет друзей, вы хотите стать ими?

**Дети – Да!**

**Ведущая-**

Елочка, елочка,

Зеленая иголочка,

Шишки золотистые,

Искры серебристые,

Вся ты в белом инее,

Но что случилось,

Елочка, почему грустишь (*обращается к елке*).

Если были бы у елочки ножки,

Побежала бы она по дорожке.

Заплясала бы она вместе с нами,  
Застучала бы она каблучками.  
*Звучит музыка – дети танцуют.*

**Ведущая** - Посмотрите,  
Под елочкой лежат снежки,  
Поиграем с ними мы!  
*Дети образуют команды, получают названия и знакомятся с правилами соревнований.*

#### **Эстафета «Снежная каша»**

**Ведущая** - Сейчас мы поиграем,  
Самый ловкий кто, узнаем.  
*В игре используются камуфляжные снежки. По команде участники перекладывают снежки из кастрюли в большие чашки деревянными ложками. Выигрывает команда, собравшая большее количество снежков.*

**Ведущая** -  
Вьюга – пряжа к нам приходила,  
Снежной пряжи принесла,  
Из нее соткем скорее  
Покрывало для елочки.  
И тогда ей холода  
Не наделают вреда.

#### **Эстафета «Пряжа»**

*Дети получают нитки, которые должны собрать в клубок, для этого составляются пары – один держит пряжу, другой – сматывает нитку. Выбирается 2-3 пары от команды.*

**Ведущая** – (держит в руках покрывало - это тюль, украшенная мишурой)  
Какое красивое покрывало получилось, нужно проверить, теплое ли оно.

#### **Игра «Спрячься под покрывало»**

*В данном случае «покрывалом» служит тюль - под нее дети прячутся, когда заканчивается музыка.*

**Ведущая** - А знаете, какво это, стоять наряженной столько дней, нужно всегда быть красивой, стройной.  
Будем елки украшать,  
К празднику их принаряжать.  
Каково быть лесной красой,  
Прямо стоять и всех радовать.

#### **Эстафета «Украсим елочку»**

*Елочки - двое детей, по одному от команды. Дети стоят на линии финиша, куда дети должны подбежать и выбрать из числа украшений, то которое они повесят на «елочку». Участники, подбегая, украшают елочки бусами, шишками, шарами, снежинками, мишурой.*

**Ведущая** – Посмотрите, сколько шишек подарила нам наша елочка, поиграем с ними  
**Дети** – Да!

#### **Эстафета «Мишки и шишки»**

*Дети пытаются собирать рассыпанные по площадке шишки лапами игрушечных медведей, которых держат в руках. Выигрывает та команда, которая соберет большее количество шишек, пока играет музыка.*

**Ведущая -**

Дед Мороз для елочки открытку написал,  
Но сразу же ее заколдовал.  
Как же нам прочитать хотя бы строчку,  
А, я знаю, мы кусочки соберем и поздравление прочтем.

**Игра "Послание от Деда Мороза"**

*Команды получают части поздравительных открыток (большого формата) и собирают их по сигналу, затем ведущая читает:*

Елочка – красавица  
Всем детишкам нравится.  
Пусть стоит она в саду  
На радость мне и детворе!

**Ведущая** – хорошее пожелание, вы согласны с ним?

**Дети** – Да!

**Ведущая -**

Ярко звездочки блестят,  
Ярко лампочки горят,  
Бусы разные висят –  
Замечательный наряд.  
А мы станем дружно в хоровод.  
*Дети танцуют под музыку.*

**Ведущая-**

Ни листочка, ни травинки,  
Тихим стал наш детский сад.  
И березки и осинки без листвы стоят.  
Только елочка одна  
Весела и зелена.  
Много она друзей нашла?  
Сколько – давайте посчитаем?  
Кто будет другом нашей елочке?  
*Дети отвечают.*  
Кто будет заботиться о ней?  
*Дети отвечают.*

**Ведущая** – Много мы играли нужно нам и отдохнуть.

**Дыхательное упражнение «Самовар»**

Я пыхчу, пыхчу, пыхчу,  
Больше греться не хочу.  
Крышка громко зазвенела.  
Пейте чай, вода вскипела.

*Стоя, одна рука на животе, другая – на груди. Вбирая живот – вдох, выпячиваем живот – выдох. Выдыхая, громко произносим: «ф-ф-ф». Затем «наливаем чай» - на выдохе продолжительно тянем звук «с-с-с».*

**Ведущая** – Я приглашаю вас на чаепитие.

*Дети уходят в группы, где для них подготовлено чаепитие.*