**КОНСПЕКТ ИНТЕГРИРОВАННОГО ЗАНЯТИЯ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЕ**

**ТЕМА: «С ЧЕГО НАЧИНАЕТСЯ УТРО»**

**Программное содержание**:

-отрабатывать навык прыжка на двух ногах вперед с места;

-закреплять умение ходить по доске друг за другом;

-учить ходьбе «змейкой»;

-упражнять в подлезании под шнур боком;

-развивать умение работать по опорным схемам-карточкам;

-развивать координацию движений, общую и моторику моторику, внимание, память, мышление, речь, ориентировку в пространстве;

-корригировать эмоциональную сферу воспитанников;

-воспитывать любовь к физической культуре и спорту.

**Образовательные области:** физическое развитие, познавательное, речевое.

**Предварительная работа:** беседы о здоровье, пользе физкультуры,о временах года, чтение художественной литературы, рассматривание картинок, отгадывание загадок.

**Метод.приёмы:** художественное слово, игровой, рассматривание, показ.

**Материал и оборудование**: мат, 2 стойки, шнур, ребристая дорожка, доска со следами, схемы-опоры, наборное полотно, игрушка-бабочка, лужи из бумаги, кораблики, солнце с длинными лучами из моющегося материала, тучка, трава.

**Ход ООД:**

**I. Вводная часть. Орг. момент.**

Дети с воспитателем входят в физкультурный зал и останавливаются у наборного полотна.

Беседа.

Воспитатель: Вы хотите быть здоровыми?

-А хотите быть сильными?

А ловкими стать хотите?

-Кто знает, с чего начинается утро?/ответы детей/

Воспитатель: Правильно, все люди умываются, занимаются зарядкой,

Воспитатель: А зачем нужно заниматься зарядкой, физкультурой?

Воспитатель: Как вы думаете, какие части тела укрепляются, когда делаешь зарядку?/ответы детей/

Воспитатель: Правильно, мышцы шеи, рук, ног, спины, живота , чтобы у каждого , кто делает упражнения правильно работал желудок, сердце и другие органы.

Воспитатель: Ребята, посмотрите, на картинки и скажите, чем мы будем заниматься в начале занятия? /Воспитатель выставляет на верхнюю полоску картинки для проведения вводной части занятия / (Ответы детей)

Воспитатель: Дети, внимательно посмотрите и скажите, чем мы будем заниматься в середине занятия?/Воспитатель выставляет опорные картинки –схемы на полоску ниже/(Ответы детей)

Воспитатель: Молодцы, а что же мы будем делать в конце занятия?/Воспитатель выставляет опорные картинки –схемы на нижнюю полоску/(Ответы детей)

Воспитатель:Ребята, вы сказали, что утро начинается с зарядки, физкультуры. Вот и мы отправимся с вами этим прекрасным осенним утром на лесную полянку и будем заниматься физкультурой.

Воспитатель: Но прежде чем приступить к упражнениям, предлагаю проверить свой пульс.

Воспитатель: Как бьется ваш пульс?/тихо, медленно/

Воспитатель: Ребята, прочему он бьется медленно? (Ответы детей)

Воспитатель: Верно, наш организм находится в покое.

Воспитатель вместе с детьми произносят слова:

Раз, два, покружись,

На лужайке окажись.

Воспитатель: Дети, вот мы с вами и на лесной лужайке, посмотрите, как светит солнышко!

**Самомассаж «Погреемся на солнышке»**

Воспитатель:Подставьте сои личики солнышку, как оно приятно греет, погладьте свои щеки, а теперь давайте разогреем ладони.

*/Воспитатель снова обращает внимание детей на картинки-схемы верхней полоски и просит повторить чередование упражнений вводной части./*

**1.** Ходьба с препятствиями между лучами солнца в чередовании с легким бегом вокруг солнца (2-3 мин.)

2. Упражнение на дыхание «Подышим свежим воздухом»

3.Пальчиковая гимнастика «Солнечные лучики»

И.п.: стать, ноги врозь, руки опущены. Поднять руки через стороны вверх, приложить ладони друг к другу, расставить пальцы

Воспитатель: Но вдруг набежала тучка, солнышко спряталось, заморосил дождь, мы замерзли.

**Упражнение на релаксацию «Замерзли-согрелись»**

4. Ходьба змейкой между «лужами» в чередовании с бегом.

5. Ходьба в полуприседе по «траве» в сочетании с дыхательными упражнениями.

6. Ходьба по ребристой разноцветной дорожке («радуге»).

Воспитатель: Ребята, давайте проверим снова свой пульс.

*/Уточняют, как он бьётся/*

*Воспитатель предлагает детям встать вокруг солнца*

Воспитатель: Такое прекрасное утро, тучка скрылась, выглянуло снова солнышко, оно нам ярко светит и мы давайте ему улыбнемся

**Прихогимнастика «Улыбнемся солнышку»**

Воспитатель: Отдохнём и поиграем между солнечными лучиками.

**II. Основная часть**

**Общеразвивающие упражнения (ОРУ)**

**1. «Теплый дождь ».**

**И**. п. – о. с., руки за спину. 1-2 вынести руки вперёд прямую правую (левую) руку, 3-4. и. п. (6 раз)

**2. «Красочная радуга»**.

И. п. – ноги врозь, руки на поясе.1 – руки в стороны, ладони вверх, 2 – наклон туловища вправо (влево), левую (правую) руку поднять через сторону и опустить на ладонь на ладонь правой (левой) руки и. 3 – и. п. (6-7 раз)

3.**«Растения просыпаются»**

И. п. –ноги вместе, руки вдоль туловища, голова опущена 1.-поднять прямые руки перед собой вверх, правую ногу назад на носок, посмотреть вверх 2. и. п. Тоже левой ногой (6-7 раз)

**4. «Послушаем кузнечиков»**

И.п. сесть, ноги в стороны,руки на поясе, спина прямая. 1-2 –со словом «послушаем», наклониться к ногам, руки вперед, 3-4 выпрямиться, руки на пояс (6 раз)

5**. «Жуки шевелят лапками»**

И.п. :лечь на спину, ноги вместе прямые, руки вдоль туловища. Поднять ноги. На счет 1-8 произвольно двигать ногами и руками.

6 **«Попрыгаем Как кузнечики»**

И.п. ноги вместе, руки на поясе. 8-10 прыжков на месте, чередуя с ходьбой.

Воспитатель: Скажите, ребята, какие части тела мы укрепили?(Ответы детей)

**Основные виды движений (ОВД)**

1. «Прыжки в длину с места» /расстояние 50 см./

**2. «Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола»**

**3. «Ходьба по доске со следами, притставляя пятку одной ноги к носку, руки в стороны.**

**Подвижная игра «Ловишки»**

**III. Заключительная часть.**

**Игра малой подвижности «Найди и промолчи бабочку»**

Воспитатель с детьми снова произносят слова:

Раз, два, три в садик попади.

**Итог.** Оценка работоспособности и навыков каждого ребенка.

Воспитатель: Итак, какие мышцы мы с вами укрепили?

Полезны ли упражнения для здоровья? (Ответы детей)

Проверка пульса.

Где были?

Что делали? (Ответы детей)