***«Путешествие в страну Неболейка».***

***Игровое занятие по физкультуре в старшей группе***

**Интеграция образовательных областей.**

«Познание», «Коммуникация», «Социализация», «Физическое развитие».

**Программное содержание.**

1. Упражнять в различных видах ходьбы и бега; в прыжках с ноги на ногу.

2. Упражнять в прыжках в длину с места, в ползании по скамейке на животе.

3. Повторять ползание на четвереньках между предметами.

4. Формировать у детей привычки к здоровому образу жизни.

5. Развивать ловкость, быстроту, внимание.

6. Воспитывать дружелюбные взаимоотношения.

7. Воспитывать интерес к физической культуре.

**Оборудование:** письмо в конверте; картинки с изображениями Ангины, Насморка, Температуры, Кашля; гимнастическая скамейка, 2 обруча на стойке, 8 массажных ковриков, следы красного цвета, ребристая доска, тоннель, мешочки с гречей, мячики маленькие. Мусор: палки, бутылочки, крышки, газеты, веревка для игры.

**Ход занятия.**

Дети входят в спортивный зал с воспитателем.

Воспитатель: Я рада видеть вас на занятии. Ребята, я хочу произнести чудесное слово «Здравствуйте». Чаще говорите это удивительное слово «Здравствуйте» родителям, друзьям, родственникам, гостям. Слово «Здравствуйте» - особенное. Когда мы его произносим, то не только приветствуем кого-то, но и желаем ему здоровья.

-Здравствуйте! - ты скажешь человеку.

-Здравствуйте! - улыбнется он в ответ,

И, наверно, не пойдет в аптеку,

И здоровым будет много лет.

Ребята, посмотрите, какой красивый листочек залетел к нам в окно, когда я проветривала зал. Он необычный, на нем написано письмо. Послушайте: «Дорогие ребята! Вам пишут жители страны Неболейки. В нашей стране все здоровы и сильны, у нас нет никаких болезней. Мы приглашаем вас к нам в гости. Правда, путь в нашу страну непростой. Он проходит через леса, горные реки, и топкие болота. В дороге вас будут создавать препятствия наши главные враги: Ангина, Кашель, Насморк и Температура. Но мы знаем, какие вы смелые и ловкие, и уверены, что вы доберетесь

до нашей страны, преодолев все трудности и испытания. Ждем вас в гости, успехов вам!

Жители страны Неболейка».

Вы согласны отправиться путешествовать в страну Неболейка.Дети: Да.

Воспитатель: Наше путешествие начнем с игры «Музыкальное объятие». Дети выполняют задания воспитателя. (Когда музыка замолкает, каждый ребенок должен крепко обнять кого-либо. В следующий раз, когда музыка прекращалась, дети обнимались парами. По мере продолжения игры создаются все большие и большие круги, пока все дети не объединились в одном музыкальном объятии) .

I. Вводная часть. (идем по дороге)

-ходьба разных видов (ходьба обычная, на носках, на пятках, ходьба выпадами вправо, влево) ;

-прыжки (на правой и левой ноге; перекрестно) ;

-бег (боковой галоп вправо, влево; легкий бег) .

Воспитатель: Мы выбрались из чащи на поляну. Ребята давайте немного отдохнем и сделаем дыхательную гимнастику, чтобы у нас хватило сил добраться до страны Неболейки.

1. И. П. - стоя, 1- вдох, 2 - выдох, на выдохе прокричать: «А -у -у»!

2. Веселая пчелка. На выдохе произнести: «З -з - з». Представьте, что пчелка села на правое плечо, на левое, на грудь, а вы следите за ней взглядом (повороты головы вправо, влево, вверх, вниз) .

3. Смотрите, гуси летят. 1 - вдох, 2 - выдох, на вдохе поднять руки, на выдохе произнести: «Га - га - га! », медленно опустить руки.

4. А вот Сердитый ежик. И. П. - сидя на полу, ноги вытянуты. 1 - вдох, 2 - выдох, ноги, сомкнуть в коленях, прижать к груди и обхватить руками, произнести: «Ф - ф – ф»

Отдохнули, а теперь пойдем дальше

II. Основная часть.

1. Воспитатель: А вот нам Ангина ловушки расставила, (воспитатель показывает картинку с изображением Ангины,)нам придется пробираться через высокие травы и густые кустарники, а это лучше сделать на четвереньках (ходьба на четвереньках в высокой позиции). Потом широким шагом переступать с «кочки» на «кочку» (ходьба по массажным коврикам) и пройти по узкой тропинке приставным шагом (ходьба по ребристой доске) .

.2. Воспитатель: Ребята перед нами горы. А в горах тропинка ведет нас в тоннель, а около тоннеля сидит Насморк (инструктор показывает картинку с изображением Насморка, и как только кто-нибудь его потревожит, он начинает чихать, распространять инфекцию, хотя знает, что надо закрывать нос платком и отворачиваться. Давайте через тоннель осторожно пролезем, не будем тревожить Насморк. (Пролезание в тонель). А на пути нам встретилась горная речка и вам придется проползти по мостику (ползание по скамейке на животе, подтягиваясь руками).

3. Воспитатель: Ловушки Насморка мы прошли и наш путь продолжается. Посмотрите, путь теперь нам преградил Кашель (инструктор показывает картинку с изображением Кашля).

Воспитатель: Ребята, как кашель лечат?

Дети. Ставят горчичники, дышат над паром, принимают лекарства.

Воспитатель. Давайте поставим ему горчичники (метание мешочков в цель с расстояния 2 метра) и напоим его лекарством (метание набивных мячиков в цель с расстояния 2-2, 5 метра.)

4. Воспитатель: Вот уже видна страна Неболейка, но чтобы туда добраться, надо переправиться через болото. Здесь, кажется, кто-то прошел. Да это Температура следы свои оставила (воспитатель показывает картинку с изображением Температуры) .

Воспитатель. Какого цвета следы у температуры?

Дети. Красного.

Воспитатель: Правильно, красные. На эти следы наступать нельзя, а то сразу температура подскочит. (Прыжки в длину с места, с продвижением вперед ) .

5. Воспитатель. Вот мы и добрались до страны Неболейки. А что же здесь произошло? Сколько много мусора. Поможем навести порядок?

Дети: Да

Воспитатель: Давайте мусор собирать частями, сначала собираем палки , а палками сделаем массаж ступни (прокатываем ступней) складываем в мусорный мешок.

Собираем бутылочки и к ним крышки закручиваем и покатаем ладошками, складываем в мешок.

Собираем газеты делаем из них камки (тугие) и перебрасываем через веревку (игра).

Посмотрите ребята как стало чисто.

III. Заключительная часть.

Воспитатель. А вот нас встречает Неболейка.

Неболейка. Здравствуйте ребята! Какие вы молодцы. Хорошо сражались с Ангиной, Насморком, Кашлем и всех победили! Помогли навести порядок в нашей стране.

Воспитатель. Вы хорошо занимались спортом, за это мы вас награждаем медалями и соком.

Неболейка. Чтоб здоровым сильным быть

Надо соки больше пить.

Воспитатель: Дети прощаются с Неболейкой и выходят из зала.