**Совместная деятельность инструктора по физкультуре с детьми старшего дошкольного возраста «Все вокруг стараются спортом занимаются»**

Цель:
Формирование у детей интереса к двигательной активности.
Задачи:
• Содействовать развитию физические качества, мышления, формированию движений.
• Совершенствовать координацию мышц тела, укреплять мышечный корсет.
• Воспитывать волевые качества.
• Расширение эмоционального опыта, развитие навыков взаимодействия друг с другом.
Материалы и оборудование:
Тренажеры, кирпичики 12 штук, обручи 10 шт., две баскетбольные корзины, мячи 12 шт., 4 корзины, маленькие шары 40 шт., два колпачка, кольца, дуги для подлезания, волейбольная сетка, фитбол мяч 2 шт. Именные медали по количеству участников.
Ход занятия:
Введение в игровую ситуацию
Инструктор по физкультуре:
Здравствуйте ребята, сегодня найдена коробка со спортивными медалями кому принадлежат эти медали? Чтоб найти обладателя медалей предлагаю вам, отправится на стадион и поучаствовать в спортивных соревнованиях.
Отправляемся на стадион
Инструктор по физкультуре:
Мы сильные мы смелые!
Нет слабых среди нас!
На стадион отправимся сейчас.
Вводная часть:
Инструктор по физкультуре: На право, в обход по залу шагом марш.
Ходьба спортивная с заданием для рук «Мельница», «Рывки руками», галоп правым, левым боком, бег змейкой по залу. Дыхательное упражнение: «Радуга обними меня». Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд. Ходьба спортивная, перестроение в две колонны.
ОРУ «Веселая зарядка».
Инструктор по физкультуре:
Спортсмены, предлагаю пойти на тренажеры и спорт уголок. Помните правила будьте вежливы и заниматься на тренажере по одному. Услышите один свисток – команды поменяйтесь местами, если прозвучит три свистка все команды подойдите в центр зала. Правила понятны? Начинаем соревнования! –
Ребята разделитесь, пожалуйста, на две команды. Придумайте название своей команде и выберите капитана. На обсуждение предлагается 1 мин.
Инструктор по физкультуре: Команды занять места. Поприветствуем друг друга.
Физкульт: Ура!
1.Эстафета: « Легкоатлетическая».
Каждая команда строит башню из кирпичей.
Участник берёт модуль, выполняет прыжки с продвижением вперёд на двух ногах, из обруча в обруч, строит башню у линии, возвращается назад бегом, передаёт эстафету, касанием руки следующему участнику. Выкладывая башню, побеждает та команда которая быстрее завершит строительство башни.
2. Эстафета: «Баскетболисты».
Участники команды строятся в колону в 3-3 метрах от баскетбольной корзиной, первый участник ведет мяч отбивая его о пол двумя руками дойдя до линии участник забрасывает баскетбольный мяч в корзину, возвращается в команду тем же способом, передаёт мяч следующему участнику. Игра до 10 очков.
3. Эстафета: « Прыгуны».
Дети выполняют прыжки на фитболе с продвижением вперёд до конуса, тем же способом возвращаются в команду, и передают фитбол другому участнику.
4. Эстафета: « Волейболисты».
Участники команд выстраиваются в шеренгу напротив друг друга, у ребят одной из команд в руках мячи по сигналу дети начинают перекидывать мячи через волейбольную сетку на сторону противника. По свистку игра прекращается подсчитываться количество мячей которые остались на территории команды. Выигрывает команда с наименьшим количеством мячей.
5. Игра малой подвижности « Гусеница».
Команды выстраиваются напротив друга в шеренгу по сигналу капитан передаёт по два шарика рядом стоящему ребёнку, и т.далее замыкающий складывает шарики в корзину. Правила мяч передавать в руки, до окончания мячей в корзине. Выиграет команда, у которой, « гусеница» быстрей «переползет» в корзину.
6. Эстафета. «Полоса препятствий».
Старт И.п. – лёжа на животе
1. подлезть под дугу
2. перепрыгнуть модуль.
3. пролезь в тоннель
4. добежать до корзины взять синий шар и добежать до команды положить мяч в корзину. Стартует следующий участник.
Подвижная игра «Придумай фигуру спортсмена».
Релаксация. « Спортсмен штангист».
Имитация движений: штангист поднял штангу - тяжелую держит, мышцы напрягли - удерживаем вес. Опустили штангу, расслабили мышцы рук и ног.
Инструктор по физкультуре:
Молодцы, ребята вы преодолели все преграды, дружно выполняли задания эстафет. Сюрпризный момент.
Инструктор по физкультуре:
Ребята, вот та коробка с медалями, которую нашли сегодня в детском саду, на ней есть надпись, сейчас я её прочту. «Медали для победителей спортивных соревнований».
Достаем медали из коробки на обратной стороне имена участников спортивных соревнований.
Рефлексия «За что бы я себя похвалил ....».
Планируемый результат:
У дошкольников формируются коммуникативные навыки (свободно общаются со взрослым и сверстниками). Расширение эмоционального опыта, развитие навыков взаимодействия друг с другом.
Совершенствуется координация движений. Формируется интерес к физическим упражнениям, повышается двигательная активность.
Список литературы:
1. Воронова Е.К. Игры для детей 5-7 лет: Практическое пособие. М.: АРКТИ, 2009.
2. Глазырина Л.Д., Овсянкин В.А. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста: Пособие для педагогов дошкольных учреждений.- М.: Гуманист. Изд. Центр ВЛАДОС, 1999.
3. Игры для детей дошкольного возраста ч.1. Колбасна Т., Лоборева И., Огурцова Г.- М.: Издательство: Образ компании, 2006.
4. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Физические упражнения и подвижные игры: Метод. Пособие.- М.: Издательство НЦ ЭНАС, 2005.
5. Кулик Г. И., Сергиенко Н. Н. Школа здорового человека. Программа для ДОУ. – М: ТЦ Сфера, 2006.
6. Никанорова Т. С., Сергиенко Е. М. Здоровячок, система оздоровления дошкольников. Воронеж, 2007.