**СОВМЕСТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

**БТИ –** «Познаем мир»

**СМИ –** «Необычайное морское путешествие»

**ПОДР –** «Не полный эволюционный круг»

**Возраст –** 6 ‒ 7 лет

**Физкультурная спецификация занятия –** применение предметно-манипулятивной деятельности.

**Методические особенности занятия –** на занятии предусмотрено целенаправленное формирование кистевых функций у детей (шаговой, бросковой, манипулятивной-тактильной) на основе интеграции всех образовательных областей: социально-коммуникативной, речевой, познавательной, художественно-эстетической и физической.

**Музыкальное сопровождение:**

Шум прибоя, буря, скрип парусов, детские песни на тему морских путешествий.

**Автор физкультурной сказки** – инструктор по физической культуре Борисенко Лилия Викторовна, МБДОУ д/с №44, г. Новочеркасск.

Конспект составлен по методике Ефименко Н.Н.

**Либретто (содержание физкультурной сказки)**

***Дети и ФИ выходят на веранду, оформленную как класс школы юных мореходов. На столах модели судов, канаты и верёвки.***

***ФИ: Здравствуйте, ребятишки, девочки и мальчишки. Наступает лето, скоро ваши родители пойдут в отпуск и вместе с вами отправятся в путешествия. Вас ждут интересные приключения и возможно кто-то из вас поплывет на яхте или другом судне, например, на плоту. Я думаю, что вы справитесь, ведь мы с вами хорошо тренировались в нашей школе юных моряков. Но пока есть время нужно еще потренироваться.***

Начнем с кистевой разминки.

|  |  |
| --- | --- |
| Вот оно какое море! Разноцветно-голубое | - растирание обеих сторон кистей противоположной кистью; |
| Волнами шумящее, чайками кричащее, | - похлопывания кистью по кисти;  - одновременные хлопки кистями; |
| чистое, солёное, тёплое, рифлёное | - массаж пальцев (особенно – ногтевых фаланг, «подушечек» пальцев); |
| С небом обнимается, Солнцу улыбается!.. | - катание двумя кистями массажного (с шипами) мячика (шарика) на ладонях. |
| На дне океана живет осьминог, Его там и папа, и мама живет, | -одновременные продольные потряхивания кистями; |
| Живет там большая морская семья - Отец Осьминогов и сыновья. | - поочередные продольные потряхивания кистями; |
| Они межу рифов в пещерке живут, У них там и дом, и семейный уют. | - одновременные и поочередные круговые потряхивания кистями; |
| Там мама их любит и бережет, Когда они водят большой хоровод,  Когда выплывают они погулять, С морскими ежами в футбол погонять.  Они тоже дети, хоть в море живут, И ценят, и любят домашний уют. | - хаотичные одновременные и поочередные потряхивания кистями (поиск кистями имеющихся степеней свободы). |
| Вода после шторма Всегда в беспорядке: | - круговые движения кистями поочередно в обе стороны; |
| Виднеются всюду Морщины и складки. | - разгибание четырёх пальцев одной руки основанием ладони другой руки; затем поменять роли кистей; |
| Чтоб выровнять море Вблизи и вдали, | - руки в «замок» и выворачивать их в противоположную сторону, растягивая сухожилия мышц-сгибателей пальцев – при этом желательно менять положение рук в пространстве (поднимать-опускать, отводить в стороны и т.д.); |
| Всё время утюжат его Корабли. | - выполнять упоры тыльной стороной кистей на упругую поверхность на стол, стул, любую иную опору, варьируя при этом направление кистей (вперед, в стороны, назад и др.) и весовую нагрузку на них по принципу постепенного увеличения. |
| Под водой  В прозрачных блузах  Важно плавают медузы. | - ритмичное сжимание пальцев поочередно правой и левой рук;  - ритмичное одновременное сжимание пальцев обеих рук; |
| Не спеша, неторопливо,  Чтобы выглядеть красиво. | - стискивание пальцев в положении рук «замок»; |
| Вот какие модницы, | - рукопожатие правой и левой рук с увеличением усилия сдавливания; |
| Модницы-подводницы. | - упражнение «Сцепка» (ногтевыми фалангами пальцев) – пытаться разорвать с усилием сцепку двух рук. |
| Скалы в пене Серебристой, Как горячие, шипят. | - клавишные движения пальцами в воздухе; |
| Брызги, брызги, Словно искры, Из-под молота летят. | - сделать пальцами кистей «брызги» в воздухе; |
| То не волны набегают, Полны силою тугой,- Это мускулы играют Под рубашкой голубой. | - сделать пальцами в воздухе «бенгальские огни». |

***Прежде чем отправляться в плавание необходимо проверить такелаж, смотать все троса и проверить узлы. (Наматывающая, Двуручная координация)***

Упр. 1. «Катушка» - левая, правая рука, «восьмёрка».

Упр. 2. Вяжем узлы: «Восьмёрку», «Прямой».

***Ну что ж, такелаж готов пора грузиться на судно. Дети и ФИ переходят на спортивную площадку.***

Упр. 3.

1. Подтягивание на руках на скамейке в положении лёжа на животе, головы при этом приподняты, поглядываем вправо – влево, кто остался на берегу. От скамейки до скамейки передвигаемся по-пластунски (опорная).

2. Сдвинуть скамейки, между ними зажать обручи, ползти по-пластунски, змейкой.

***Поднимаем якоря и паруса.***

Упр. 4. «Поднимаем якоря», поднять правый якорь – мальчики, поднять левый якорь - девочки (Наматывающая) Паруса (Тяговая) поднимают мальчики.

***Потихоньку наше судно набирает ход.* (Тяговая).**

Упр. 5.

***Вот мы и вышли в открытое море, но ветер стих и наши паруса опали, на море полный штиль. Придется нам налечь на вёсла, чтобы продолжить путь.***

Упр. 6. «На веслах».

1. Одновременно двумя руками на себя (сесть спиной к ходу движения).
2. «Одним веслом» - слева на себя, справа на себя.

***Погода начинает меняться, на горизонте появилась туча, поднимается буря, свистать всех наверх, снимаем паруса, задраиваем иллюминаторы.***

Упр. 7. Мальчики опускают парус. (Тяговая).

***Все вместе задраиваем иллюминаторы.***

Упр. 8. Вращаем диски «Здоровье» (Вращательная):

1. Вправо – влево, правой – левой рукой.
2. Двумя руками вместе.

***Начинается болтанка.***

Упр. 9. Стать коленями на диск «Здоровье», руками шагать вправо – влево, вращаться вокруг своей оси. (Шаговая).

***Шторм закончился, быстро осматриваем свое судно на предмет повреждений.***

Упр. 10. Ходьба на корточках с опорой на руки, на средних четвереньках.

***Все нормально, судно без повреждений, но нам необходимо пополнить запас воды и еды, поэтому надо причалить. Близко к берегу подойти не можем и у нас всего две шлюпки. Как переправиться всем? ( Свяжем веревки и привяжем к шлюпкам, чтобы можно было их вернуть).***

Упр.11. «Переправа на берег». Лёжа на скейте, отталкиваясь руками, проехать дистанцию. (Толчковая).

***После бури на берег выбросило всякий мусор и обломки древнего корабля, аккуратно перебираемся через обломки.***

Упр. 12. На высоких четвереньках идем по бревну.

***На пути заросли и большая паутина, идем аккуратно, чтобы не прилипнуть.***

Упр.13. Проходим через тренажёр «тоннель».

***Через болото идем по «кочкам», крепко держим друг друга за руки, если кто ни будь оступится – пропадет вся команда.***

Упр. 14. Тренажёр «Пенёчки».

***Впереди заросли, крепко держитесь за лианы.***

Упр. 15. Тренажёр «Лиана».

***На пути просвет, возможно, это нужная нам тропа, но она не обычная – подвесная.***

Упр. 16. Передвижение на небольшой высоте по шведской стенке, с переходом с пролёта на пролет висом на руках, далее по подвесной канатной дороге.

***О, как удачно мы переправились и попали в пальмовую рощу. Собираем бананы.***

Упр. 17. Мальчики поднимаются по шведской стенке, «срывают» бананы и сбрасывают девочкам в корзинки.

***Грузим бананы и кокосы на тележки и везём на берег.***

Упр. 18. «Тележка».

***На пути новое препятствие – узкий мостик, тележки не проедут, нужны носилки, а их нет. Что делать? (Берём палки).***

Упр.19. «Носилки»

  Упр.20.

***Наконец мы добрались до нашего судна и нам необходимо погрузить, еду и бочки с водой на борт.***

Упр. 20. Погрузка. Дети делятся на две команды и при помощи «удочки» грузят груз.

***Груз доставлен на борт, и мы отправляемся домой. Поднимаем паруса, якоря и в путь. Попутного нам ветра.***