

1. Латфулина Лилия Гайсеевна
2. МБДОУ «Детский сад №55, «Радость», г. Лесосибирск
3. Инструктор по физической культуре.

Тематическое интегрированное физкультурное занятие «Вместе мы на Север пойдем, и шамана там спасем»

Цель: закрепление умения играть в подвижные игры народов Севера.

Задачи:

1. Образовательные задачи:

Закреплять ранее изученные игры народов Севера; прививать интерес к национальным играм и традициям; расширять знания об основных видах деятельности коренного населения: оленеводство, рыболовство, охота через игры народов Севера.

2. Оздоровительные задачи:

Удовлетворить важнейшие жизненные потребности ребенка в движении; оптимизировать двигательную активность, укреплять дыхательную мускулатуру, укреплять все группы мышц; развивать ловкость, смелость, координацию движений, ориентировку в пространстве.

3. Воспитательные задачи:

Воспитывать интерес и уважительное отношение к народам Севера, их традициям и обычаям, совершенствовать навыки коллективной деятельности.

Предварительная работа: чтение художественной литературы (сказки, стихи, рассказы о Севере), рассматривание иллюстраций на темы: «Животный мир Севера», «Растительный мир Севера», разучить игры народов Севера, заучивание стихов, знакомство с шаманом, спортивное развлечение «В гости к шаману».

Словарная работа:

- чум, оленеводство, рыболовство, шаман, Катгыргын, сиг, чир, морошка, голубика

Оформление:

- панно с фигурами детей в национальной одежде, оленей, птиц, чумов;

- макет чума;

Спортивный инвентарь: мягкие модули, обручи, гимнастические палки, тоннель, фигурки рыбок, «оленьи рога», магнитофон, аудиозаписи песен коренных народов Севера.

Ход мероприятия:

Дети по пути в спортивный зал находят снежинку.

Инструктор. Ребята, что это? (ответы детей).

Какая она? (ответы детей)

Она необычная, оказывается - это письмо, послушайте:

*-Меня заколдовала и держит у себя злая колдунья.
Прошу вас помогите мне! Шаман.*

Инструктор. А вы знаете кто такой, шаман? (ответы детей)

Инструктор. Как вы думаете, какая колдунья может держать взаперти Шамана?

Дети. Катгыргын.

Инструктор. Сможем ли мы помочь шаману? Как мы ему поможем? (ответы детей).

Инструктор. Предлагаю вам отправиться в путешествие по просторам родного края. А вы знаете, какие животные и птицы обитают на Севере нашего края?

Пальчиковая гимнастика.

Дружат добрые зверята,
Дружат малые волчата
Дружат белка и олень
Им дружить совсем не лень
Соболь, норка и песец
Дружит белый медведь. Молодец!
Прилетела полярная сова
И началась тут игра!
Вот как разыгрались и по лесу разбежались!

Инструктор. Давайте вспомним, какая ягода растет на севере нашего края?

Гимнастика для глаз.
Мы отправились гулять,
Ягоды вкусны искать
Раз, налево – там брусника

Два, направо – голубика
Вверху птицы высоко,
Найти ягоды нелегко
Клюква, морошка, черника
Вокруг себя посмотри-ка
Мы долго ягоды искали
Наши глазки так устали,
Мы дадим им отдохнуть
И закроем на чуть-чуть.
А теперь их открываем и немного поморгаем!

Теперь, мы с вами смело можем отправиться спасать шамана! Сначала я предлагаю вам надеть на головы национальное украшение народов Севера. Они волшебные, они придадут вам силы на пути в суровый, снежный край. Вы готовы – тогда в путь! Мы отправляемся на Север нашего края. А как называется край, в котором мы живем? (ответы детей). Не забудьте взять с собой ловкость, силу и веселое настроение.

1 часть.

Построение в колонну по одному. Ходьба в колонне по одному по кругу с заданиями.

Инструктор.

- Сначала мы пойдем пешком,
В царстве холода и стужи
Все кругом сковали льды,
Серебристые метели,
Запорошили следы.

Ребята, чтобы нам с вами быстрее дойти, давайте пойдем на лыжах.

-«лыжники» - ходьба широким шагом, движения рук вперед-назад (до уровня глаз).

Ребенок.

Вьюга,
Вьюга,
Вьюга,
Вьюга.
Не видать
Совсем друг друга,
Мерзнут щеки
На бегу,
Перегоним
Мы пургу!
Все быстрее

Мелькают лыжи,
Цель все ближе,
Ближе,
Ближе (Лев Квитко)

Дети, мы с вами идем в края, где много-много оленей.
«Оленята» - ходьба с высоким подниманием колена, руки скрестить над головой

Ребенок.

В белой тундре, где снега,
Он растит свои рога –
Гордый северный олень!
Царь всех северных зверей!

Инструктор. А вот и белые медведи встретились нам на снежной дорожке.

-ходьба на внешней стороне стопы, руки на поясе

Ребенок.

- А белые медведи немного косолапы
Белые медведи немного толстопяты.
Вот они шагают дружно,
Для порядка это нужно.

Инструктор. Дети, охотники на нашем пути.

- «Охотники» - имитация в ходьбе подкрадывающегося охотника

Ребенок.

По ручью и по болоту
Шел охотник на охоту
Весь до нитки он промок
И костер в лесу зажег

Инструктор. Метель поднимается.

-«метель»- боковой галоп.

Воеет ветер, злится вьюга
Заметая все кругом
И осыпана округа
Белоснежным серебром

Инструктор. Ох, нелёгко этот путь,
Надо дети, отдохнуть

Дыхательная гимнастика «Вьюга» (Анна Савенкова)

Дети выполняют вдох через нос, на выдохе произносят звук «у-у-у».

Вьюга начинается: «у-у-у-у»

Сильная вьюга, громко говорим: «у-у-у»

Вьюга кончается, тихо говорим: «у-у-у»

Инструктор. Дети, вот мы с вами и дошли до Северного края. Но нашего доброго шамана нигде не видно, не встречает он нас. Давайте станцуем северный танец, может он услышит и придет.

Под музыку народов Севера дети танцуют танец. (Ысыях)

2-я часть. Общеразвивающие упражнения.

“Сова” И.п.: О.С, руки в стороны

1-руки вверх, голову вправо

2-и.п.

3- руки вверх, голову влево

“Заяц” И.п.: О.С, руки на поясе

1-2-3- присесть, пятки от пола, спина ровная

4-5-6-и.п. 8 раз

“Северный олень”

И.п.: У.С., руки скрещены над головой “рога”

1-наклон туловища вправо

2-и.п.

3-наклон туловища влево

4-и.п. по 5 раз в каждую сторону

“Песец” И.п.: стоя на четвереньках, ладони параллельно, голова опущена вниз.

1-2- прогнуться, голова вперед

3-4-и.п. 8 раз

“Волк” И.п.: стоя, ноги вместе, руки на поясе

1-выпад правой ногой вперед, руки вперед

2-и.п.

3- выпад левой ногой вперед, руки вперед

4-и.п. по 5 раз каждой ногой

“Белка” И.п.: руки вместе, руки на поясе, прыжки ноги вместе, руки в стороны, ноги врозь, руки вниз.

Появляется колдунья Катгыргын.

Катгыргын. Чего это вы тут расшумелись? Зачем вы пришли сюда? Как посмели нарушить мой покой?

Дети. Мы пришли спасти нашего друга шамана.

Катгыргын. Ха-ха-ха. Выполните мои задания, покажете мне какие вы сильные, смелые и ловкие. Может, тогда и отдам вам вашего шамана.

Инструктор. Ну, что ребята вы готовы пройти испытания Катгыргын?

Дети. Да!

Инструктор. В круг становись! На «соболь», «писец» рассчитайся!

Дети делятся на две команды.

Катгыргын.

- Проползите через снежные лабиринты.
- Перепрыгнете через снежные сугробы

**1-я эстафета. “Снежный лабиринт” - тоннель;
“Снежные сугробы” - прыжки через модули.**

2-я эстафета. “Оленья упряжка”

(Игра способствует развитию быстроты, ловкости, силы плечевого пояса и мышц спины.)

Правила: участники команд разбиваются на пары: один садится на упряжку (обруч), другой его везет. “Оленья упряжка” добегают до кегли, оббегают ее, а затем игроки меняются местами и возвращаются назад. Эстафету принимает другая пара. Какая команда быстрее закончит бег.

Катгыргын. Ребята, какими традиционными промыслами занимаются северные народы (*оленьеводство, рыболовство, охота*). Так рыбки хочется попробовать, а поймате-ка вы для меня рыбу. Какую рыбу будете ловить?

Ответы детей.

3-я эстафета. «Рыбалка»

Ребенок.

Будут, будут рыбки биться,

Словно дождик, серебриться.
И, сверкая чешуей,
В лодку сыпаться струей.

Метание гимнастической палки. Ребенок бежит за палкой и приносит рыбу.

Катгыргын. Молодцы, справились. А сейчас следующее задание. Ребята, как называется жилище коренных жителей Севера? (Ответы детей). Правильно чум, а из чего он сделан? (из оленьих шкур).

Ребенок.

Связали шест с другим шестом,
Потом ещё с одним шестом,
Покрыв оленьей шкурой.
И вот готов ненецкий дом.

Мы чумом этот дом зовём,
Он одарит нас своим теплом
Зимой суровой, хмурой.

Катгыргын. А вот у меня нет чума своего. Может, я поэтому и злая. Помогите построить для меня чум?

4- я эстафета «Построй чум».

Дети бегают врассыпную. По команде строят чум. Каждая команда возле обруча своего цвета.

Катгыргын. Молодцы, справились вы со всеми заданиями. Все ловкие и быстрые, а главное - дружные ребята. Так и быть, расколдую вам Шамана. (Катгыргын уходит)

Под северные мотивы выходит шаман и колдунья. Колдунья прощается с детьми и уходит.

Шаман. Здравствуйте, мои дорогие! Спасибо вам за помощь!

Кто бывал в краях наших северных
Тот согласен, конечно, со мной
В красоте здешних мест, уверен я
Север крайний, вовсе не злой

Про озёра сказать мне хочется
Что раскинулись в нашей тайге
Рыба разная там в них водится
Не найдёте такой вы нигде

Сосны, ели стоят высокие
И берёзки растут в берегу
Я края наши очень далёкие
Ни на что променять не смогу (Сенечка Тузик)

Ой, что то холодно в нашем лесу. Давайте поиграем с вами, согреемся.

Инструктор.

Намела зима сугробов белых,
А нам до них нет дела.
Кто умеет веселиться,
Тот мороза не боится.

Подвижная игра “Льдинка, ветер и мороз”.

(Участники встают парами, лицом друг к друг и хлопают в ладоши, приговаривая: “Холодные льдинки, прозрачные льдинки, сверкают, звенят: дзинь-дзинь”, пока не услышат сигнал “Ветер!”. Дети — “льдинки” разбегаются в разные стороны. На сигнал “Мороз!” дети возвращаются в пары и берутся за руки).

Инструктор. Сегодня, ребята, мы вспомнили, какие животные обитают в нашем крае, поиграли в народные игры, вспомнили традиции народов севера. Пора заканчивать путешествие.

Шаман. А в группе вас ждет угощение от меня: морс из брусники и пирог из ягод.

Инструктор. Хотите поедem домой на оленьих упряжках? (инструктор надевает оленьи рога, дети становятся за ним «паровозиком»)

Звучит минус песни «Увезу тебя в тундру», композитор: М. Фрадкин