

МДОУ детский сад № 51 «Центр детства»

Образовательная область: « Физическое развитие ».

Конспект

непрерывной образовательной деятельности
с детьми подготовительной к школе группы
в рамках проекта «Путь к звездам»

Тема: ***«Космическое путешествие»***

Автор: инструктор по физической культуре
Благодарумова Е. В.

г. Серпухов 2017 г.

Образовательная область: « Физическое развитие ».

Форма деятельности: совместная деятельность взрослых и детей.

Применяемые технологии: игровые, ИКТ, физкультурно-оздоровительные, личностно-ориентированные, развивающего обучения

Виды деятельности: игровая, коммуникативная, музыкальная, двигательная.

Цель: расширение кругозора детей о космосе и пропаганда здорового образа жизни.

Задачи:

- Закреплять умение детей быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в ширине, выполнять повороты.
- Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, точности их выполнения.
- Закреплять умение соблюдать темп в ходьбе и беге.
- Способствовать формированию правильной осанки.
- Укреплять здоровье и повышать интерес детей к оздоровительной НОД.
- Создать благоприятные условия для развития коммуникативных способностей детей через сюжетно-ролевую направленность НОД.
- Развивать познавательный интерес детей о космосе, о физической подготовке космонавтов.

Оборудование: гимнастические скамейки – 2 шт., Лесенки – стремянки – 2 шт., набивные мячи – 6 шт., маленькие обручи – 6 шт., медали по количеству детей.

Оформление: детские коллективные работы на тему: « Космос ».

Предшествующая работа: познавательные беседы, совместное коллективное детское творчество, игровая деятельность.

1мин.		Построение: - В колонну по одному становись! - Равняйся! Смирно! Направо, шагом марш. Ходьба в колонне по одному.	
2мин.		Разные виды ходьбы: - ходьба на носках (руки на поясе) - ходьба на пятках (руки за спиной),- - ходьба приставным шагом вперед и назад, - ходьба на наружной стороне стопы.	Следить за осанкой
2,5мин.		Бег: - бег обычный, - бег парами в чередовании с обычной ходьбой.	Бежать, не наталкиваясь друг на друга
22мин. 1мин.		Построение в круг. II Основная часть Космонавт всегда должен чувствовать рядом верную руку друга. Ведь во время полета могут случиться любые неожиданности. Вот тогда друг и придет на помощь. Упражнения, которые мы сейчас будем выполнять, для очень дружных ребят.	
6-7 мин.	4-5 раз 8-10 раз 6-8 раз	Комплекс общеразвивающих упражнений (без предметов) Дети стоят по кругу: 1. И.п.-стоя, ноги на ширине плеч, руки на плечах, стоящих рядом. Покачивание с ноги на ногу под музыку. 2. И.п.-сидя на пятках, держась за руки: 1-встать на колени, поднять руки вверх. 2-вернуться в и.п. 3. И.п.- дети стоят по кругу в затылок друг друга, кладут левую руку на левое плечо впереди стоящего ребенка, ноги на ширине плеч, правая рука на поясе. 1-наклон влево, поднимая правую руку	Под музыку Группы «Спейс» Следить за осанкой Ноги от пола не отрывать

<p>1 мин.</p>	<p>8-10 раз</p>	<p>2-вернуться в и.п. Затем поворачиваются по кругу на 180° вправо и кладут левую руку на левое плечо впереди стоящего ребенка, правая рука на поясе. Повторить упражнение, наклоняясь в правую сторону.</p> <p>4. И.п.-пятки вместе, носки врозь стоя лицом в круг, руки положить на плечи стоящих рядом товарищей.</p> <p>1-присесть, делая хлопок перед собой.</p> <p>2-вернуться в и.п.</p>	
	<p>6-8 раз</p>	<p>5. И.п.-сидя, ноги вытянуты вперед. Соединить ладони с товарищами, сидящими с правой и левой стороны.</p> <p>1-наклон вперед, касаясь ладонями носков ног.</p> <p>2-вернуться в и.п.</p>	<p>Ноги прямые, в коленях не сгибать, носки ног вытянуты вперед.</p>
	<p>3-4 раза</p>	<p>6. Прыжки на двух ногах по кругу с продвижением вперед в чередовании с обычной ходьбой и со сменой направления.</p> <p>(Дети стоят враспынную)</p> <p>Дети:</p> <p>Подготовкой мы довольны Из ребят никто не болен. Каждый весел и здоров, Каждый к вылету готов.</p> <p>Ждут нас быстрые ракеты Для прогулок по планетам. На какую захотим На такую полетим!</p> <p>Вед.:</p> <p>На какую планету вы хотите попасть? Летим на планету!</p>	<p>Мини итог</p> <p>Дыхательная</p>

<p>3мин.</p>	<p>5 раз</p> <p>6 раз</p> <p>5 раз</p>	<p>Дети: Десять, девять, восемь, семь, шесть, пять, четыре, три, два, один! Пуск!</p> <p>Упражнения для укрепления мышц туловища «Невесомость»</p> <p>1. И.п.-лежа на животе, руки вытянуты за голову:</p> <p>1-поднять руки, ноги, голову.</p> <p>2-вернуться в и.п.</p> <p>2. И.п.-лежа на спине, руки в стороны:</p> <p>1-сесть без помощи рук и сгруппироваться.</p> <p>2-вернуться в и.п.</p> <p>3. И.п.-сидя на полу, ноги прямые, упор руками сзади:</p> <p>1-поднять обе ноги, оттянув носки и удерживая ноги в этом положении.</p> <p>2-вернуться в и.п.</p> <p>4. И.п.-лежа на животе, руки вдоль туловища:</p> <p>1-поднять руки вверх (вдох)</p> <p>2-И.п. (выдох)</p> <p>Вед. Пристегнуть ремни! Пока мы летим к планете проверим ваши знания о космосе.</p>	<p>гимнастика</p> <p>Дети сидят на полу и выполняют движения согласно текста</p>
<p>2мин.</p>		<p>«Космическая викторина»</p> <p>1. Какая звезда ближе всех к нашей Земле? (Солнце)</p> <p>2. Что такое Солнечная система? (Солнце и движущиеся вокруг него небесные тела- 9 планет, кометы, астероиды.)</p> <p>3. Какое небесное тело имеет хвост? (Комета)</p> <p>4. Назовите спутник Земли? (Луна)</p> <p>5. Угли пылают – Совком не достать. Ночью их видно,</p>	<p>Показ слайдов</p>

		<p>А днем не видать (Звезды)</p> <p>6. Как называется самая яркая звезда? (Полярная)</p> <p>Вед. Наша ракета приземляется, надеваем скафандры, ступаем на поверхность планеты Кругом горы, кратеры вулканов. Посмотрите, ребята, прямо перед нами огромный ров. Как нам быть? Как перейти ров?</p> <p>Основные движения: (круговой способ)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. 2. Перелезание через лесенку-стремянку с использованием разных способов движения рук и ног (на пути марсианские горы). 3. Прыжки через 6 набивных мячей (через огромные камни). 	<p>Музыкальное сопровождение; Дети выполняют имитационные движения с помощью «выдвижной доски», педагог ставит 2 гимнастические скамейки</p> <p>Педагог находится внутри круга у лесенки-стремянки и страхует детей</p>
<p>3-4 мин.</p>		<p>Игра «Космонавты»</p> <p>Вед: Смотрите, ребята, какое большое ровное плато. Оно даст нам возможность отработать быстроту бега и реакцию космонавтов.</p> <p>В игре один секрет: опоздавшим места нет!</p>	<p>На полу Раскладываются 5-6 обручей.</p>
<p>4мин.</p>	<p>2-3 раза</p>	<p>-Ребята, давайте вспомним правила игры... (бегать, не наталкиваясь друг на друга, действовать по окончании музыки или сигнала, в «летающей тарелке могут встать 2 «космонавта».)</p> <p>Вед.: А сейчас мы с вами, дети, вновь идем к нашей ракете.</p> <p>Ходьба враспынную</p>	<p>Дети, взявшись за руки, идут по кругу под музыку. Как только музыка обрывается, все стараются быстрее встать в обруч («занять место в летающей тарелке»)</p>

3мин.		<p>III. Заключительная часть.</p> <p>В темном небе звезды светят, Космонавт летит в ракете, День летит и ночь летит И на землю вниз глядит.</p>	<p>Под музыкальное сопровождение дети выполняют движения согласно текста: имитируют полет, приземление</p>
1мин.		<p>Мы с полета возвратились И на Землю приземлились.</p>	
2мин.		<p>Дыхательное упражнение «Морской воздух»</p> <p>И увидели мы море, Красивое, большое Воздух мы морской вдохнем, Дышим носом, а не ртом, Плечи не поднимаем, Животом помогаем.</p> <p>Рефлексия</p> <p>Вед.:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Будущие космонавты, в шеренгу становись! - Наше космическое путешествие закончено. - Ребята, а какие чувства вы испытали, когда преодолевали препятствия на планете..... <p>С трудностями вы успешно справились и поэтому все приняты в «Отряд космонавтов». За смелость, отвагу я вручаю вам медали.</p> <p>.</p> <p>(Педагог вручает каждому ребенку медаль)</p>	<p>Педагог следит за правильным дыханием детей</p>