Вологодская область город Череповец

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад № 126»

 Конспект занятия

«Космическое путешествие»

(О. О. Физическое развитие)

старший дошкольный возраст

 Воспитатели: Скворцова В. Н. I кв. категория

 Звозская И. А. I кв. категория

2016 год

***Задачи:*** Совершенствовать двигательные умения и навыки.

Расширить знания детей о космосе и космонавтах.

Развивать патриотические чувства, любовь к своей Родине.

Прививать привычку к здоровому образу жизни.

Воспитывать смелость, ответственность, командный дух.

Закрепить обратный счет от 10 до 1.

***Пособия:*** портрет Ю. А. Гагарина, виды Земли из космоса, поверхности неизвестной планеты, аудиозапись «Земля в иллюминаторе» группы «Земляне», магнитофон, кегли, мягкие модули (2 набора), обручи, обруч-туннель – 2, мячи малого размера, корзины, большие мячи, мольберт.

Ребята, скоро будет праздник – День космонавтики. 12 апреля 1961года был совершен первый в мире запуск космического корабля «Восток» с человеком на борту. Мы первыми покорили космос.

А кто был первым космонавтом? (Ю. А. Гагарин). Это радостная весть, человек в космосе, облетела нашу планету.

Ребята, а вы хотите побывать в космосе?

- Хотим.

Тогда вам нужно стать космонавтами. А космонавты очень долго и тщательно готовится к полету.

Космонавтом чтобы стать.

Надо много узнать,

Быть проворным и умелым.

Очень ловким, очень смелым.

А как вы думаете, где готовят космонавтов? (В звездном городке).

Мы сейчас с вами отправимся в звездный городок и начнем подготовку к полету. Проверим, умеете ли вы ориентироваться в пространстве.

Повороты налево, направо.

Проверим выносливость, координацию и умение точно выполнять команды.

1. **Вводная часть.**

Ходьба в колонне по одному

На носках

На пятках

С высоким подниманием колена

Ходьба в полуприседе

Ходьба с выпадами

Ходьба обычная

Бег обычный

Бег прямой галоп

Бег боковой галоп

Бег с захлестом голени

Бег змейкой между предметами.

1. **Основная часть.**

Общеразвивающие упражнения.

1. «Проверим ремни» - «Раз, два, три, ремни прикрепи!»

И.п. – стоя на коленях, руки на поясе.

Выполнение: 1-2 – руки в стороны назад, сед на пятки, 3-4 – и.п. (10 раз).

1. «Подышим поглубже при вздохе – «Ракета, ввысь лети! Космонавт, глубже дыши!»

И.п. – сед с прямимы ногами, руки нам колени.

Выполнение: 1-2 – руки в стороны назад, туловище слегка назад, 3-4 – и.п. (10 раз).

1. «Посмотри в иллюминатор» - «Посмотри в иллюминатор, друг! Глянь, сколько звезд сияет вокруг!»

И.п. – сед ноги врозь, руки вперед

Выполнение: 1,3 поворот туловища вправо (влево), руки в право (влево), 2,4 – и.п. (10 раз).

1. «Состоянии невесомости» - «В воздухе, как ласточки, мы парим. Из отсека в отсек в корабле мы летим».

И.п. – лежа на животе, руки в стороны.

Выполнение: 1-2 – приподнять голову, ноги, руки. 3-4 - и.п. (8 раз).

1. «Пытаемся сесть в кресло» - «Садимся мы в кресло с огромным трудом. В сто раз нам труднее удержаться в нем».

И.п. – лежа на спине, руки вдоль туловища.

Выполнение: 1-2 сед с прямимы ногами, руки вниз, 3-4 – и.п. (8 раз).

1. «Что же вокруг нас»

И.п. – сидя на пятках, с опорой на руки, голова опущена.

Выполнение: - подняться на четвереньки, прогнуть спинку вниз. Повернуть голову направо, налево.

1. «Мы готовы».

Встать, поднять руки вверх, подтянуться.

А сейчас проверим все ли наши мышцы в порядке.

1. Самомассаж.

И.п. – ноги врозь.

Выполнение: - похлопывание себя ладонями, постепенно выпрямляясь, легкое постукивание пальцами на голове.

Вы все успешно прошли подготовку и девочки и мальчики. Все вы летите в космос!

На чем же можно полететь в космос? (показ иллюстраций самолета, воздушного шара). Дети высказывают свои предположения и доказывают правильность выбора. Решили, что в космос нужно лететь на ракете.

А кто построил ракету, на которой человек полетел в космос? (инженер-конструктор Королев).

А вы хотите побыть инженерами – конструкторами?

А что нам понадобится для строительства ракеты? (детали и чертежи).

Сейчас мы тоже построим ракету, а лучше две. Для этого разделимся на две команды. А я буду руководителем полета.

Эстафета «Построй ракету».

Ждут нас быстрые ракеты.

Ждут нас дальние планеты –

На какую захотим

На такую полетим!

Только есть один секрет:

Здесь лентяям места нет!

А теперь ребята, чтобы не потеряться во время путешествия, я предлагаю приклеить «эмблемы» - опознавательные знаки на футболки.

Молодцы! Полностью готовы к полету. Заняли свои места (встать в обручи).

Застегнули ремни, поправили шлемофоны.

Внимание! Пуск ракеты! (звучит музыка).

Ребята, посмотрите в иллюминаторы. Как прекрасна наша планета.

Что вы видите? (моря, реки, леса, горы). Голубая планета, говорят о нашей планете «земля».

Ребята, мы прибыли на неизвестную планету. Сейчас мы спустимся из космических кораблей по трапу-рукаву. (Пролезание через обруч-туннель).

Рассматривание изображения планеты. Как вы думаете, есть ли здесь вода? Есть ли здесь жизнь? (сигнал маяка). Смотрите, кто-то хочет с нами общаться.

«Дорогие пришельцы – космонавты! Мы жители планеты «Туами», живем внутри планеты. Так как на нашей планете часто бывают метеоритные дожди. Когда-то давно мы совершили ошибку. Не берегли растения, загрязняли воздух и воду. Постепенно разрушилась атмосфера, которая защищала нас. И нам пришлось уйти вглубь планеты. Не повторяйте наших ошибок! Но мы рады вам! И дарим вам альфоболы. На них вы сможете путешествовать по нашей планете».

Ребята, посмотрите, сколько здесь метеоритов. Предлагаю все метеориты перенести в специальные «отсеки» ракеты для исследовательской работы на Земле.

Эстафета «Собери метеориты».

(3 обруча; по заданию: в красный обруч – «отсек» положить все красные, в зеленый – зеленые, в синий – синие шары – «метеориты».

А теперь площадка чистая, можно путешествовать.

Эстафета на фитболах.

Ребята. Мы так много успели сделать на планете «Туами», потому, что мы дружные и умели работать в команде. Давайте сейчас отдохнем.

Перестроение в круг. Лечь на пол.

Как вы отдохнули? (сигнал из космического центра).

Ребята! Из космического центра Земли поступил сигнал о возвращении домой, на землю. Занимайте свои места в ракетах. Летим домой.

А теперь внимание! Начинается спуск и отсчет времени. Закрывайте глаза и вполголоса считайте от 10 до 1.

Ракета совершила мягкую посадку. Благодаря сложенной и дружной работе экипажа. Большое все спасибо!

Посмотрите, какая красивая голубая наша планета! Потому что на ней есть вода и воздух, есть атмосфера, чтобы такая красота не погибла, нужно бережно относиться к ней.

Сегодня мы побывали конструкторами и космонавтами. Путешествовали по космическим пространствам.

Как вы думаете, каким должен быть космонавт? (Космонавты должны быть смелыми, отважными, умными, быстрыми, осторожными, внимательными, здоровыми).

А чтобы быть здоровыми и сильным нужно заниматься физкультурой и спортом.