|  |
| --- |
| Занятие по физическому развитию на тему: «Полет в космос»  Средняя группа  Задачи:  Развивающие:  Формировать стремление к самостоятельности в поиске способов и средств воплощения двигательного замысла.  Образовательные:  Научить детей ориентироваться в различных игровых ситуациях . Развивать двигательную активность.  Оздоровительные:  Приобщать к здоровому образу жизни.  Оборудование: Гимнастические скамейки-2 шт., крупный строительный материал, обручи- 2 шт.  **Ход занятия: 1 часть. Вводная.** - Ребята, сегодня у нас праздничное занятие, посвящённое дню  космонавтики.    Друг за другом становись, шагом марш. Обычная ходьба друг за другом.  Мы идём на космодром Дружно в ногу мы идём.  Мы походим на носках, Мы идём на пятках. Вот проверили осанку И свели лопатки. Ходьба на носках, на пятках. Побежим ребята дружно Разминаться всем нам нужно. Бег по кругу-2 мин.  Перестроение в три колонны.  ***Общеразвивающие упражнения.*** Не зевай по сторонам Ты сегодня космонавт! Начинаем тренировку, Чтобы сильным стать и ловким.  1. «Взлетают вверх ракеты» И.П.о.с. «Салют» -  Руки через стороны вверх 3 хлопка над головой- 6 раз. 2. «Ракета в космосе» И.П. Ноги на ширине плеч, прямые руки над головой, ладони сомкнуть. Наклоны вправо влево назад вперёд. 6 раз. 3. «Космонавты  скафандр надевают, в открытый космос вылетают» (имитация надевания скафандра). 4. «В невесомости летим» Упражнение на равновесии. И.П. о.с. руки в стороны. Поднять то правую, то левую ногу, согнутую в колене 6 раз. 5. Быстро- быстро кружимся на месте, держа руки в стороны, на сигнал «стоп» остановитесь с закрытыми глазами. Кто сумеет удержать равновесие дольше других? Покажите. -2 раза.   -  Мы готовы к настоящему полёту.  **2 часть. Основная:** **-**Ребята, чтобы проверить ваши силы, ловкость, выносливость проведём соревнования. Разделимся на две команды. Команда «Спутник» и команда «Восход».  1 задание: «Чья команда быстрее построит космический корабль?» Команда по очереди берут на выбор фигуры строительного материала, бегут по гимнастической скамейке на другую сторону площадки выстраивают постройку. 2 задание:«Чья команда быстрее перевезёт пассажиров»  (бег в паре в обруче). 3 задание:«Кто быстрее к звёздам» (лазанье вверх на гимнастическую стенку). Подведение итогов:  Все ребята молодцы  Постарались от души. Ждут нас быстрые ракеты Для полёта на планеты. - Предлагаю поиграть в игру «Космонавты».  По краям площадки раскладываются обручи-ракеты. Играющих на несколько человек больше, чем ракет. Дети встают в круг и берутся за руки. Идут по кругу, проговаривая текст: Ждут нас быстрые ракеты Для полёта на планеты. На какую захотим,  На такую полетим!  Но в игре один секрет: Опоздавшим места нет!  После последних слов дети разбегаются и занимают ракеты по двое. В паре повернуться спиной друг к другу, плотно прижавшись спинами и затылками, принять красивую позу с правильной осанкой. Опоздавшие выбирают самые красивые парные позы космонавтов. **3 часть. Заключительная:** - Молодцы у нас ребята: сильные, умелые, дружные, весёлые, быстрые и смелые.  А когда мы подрастём  Ждут нас настоящие ракеты Для полётов на планеты. На какую захотим, На такую полетим. Дети уходят под музыку. |
|  |