|  |
| --- |
|  Занятие по физическому развитию на тему: «Полет в космос» Средняя группаЗадачи: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 космодромДружно в ногу мы идём.Мы походим на носках,Мы идём на пятках.Вот проверили осанкуИ свели лопатки.Ходьба на носках, на пятках.Побежим ребята дружноРазминаться всем нам нужно.Бег по кругу-2 мин. Перестроение в три колонны.***Общеразвивающие упражнения.***Не зевай по сторонамТы 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 молодцыПостарались от души.Ждут нас быстрые ракетыДля 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 ракетыДля 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 подрастёмЖдут нас настоящие ракетыДля полётов на планеты.На какую захотим,На такую полетим.Дети уходят под музыку. |
|   |