Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №25 станицы Петровской

муниципального образования Славянский район.

**Конспект интегрированного занятия по физической культуре**

**в старшей группе**

**по теме: «Школа юных космонавтов»**

Воспитатель: Редько Галина Борисовна

**Программные задачи:**

**1.Обучающие:** упражнять детей в прыжках в высоту с места прямо через 5-6 предметов поочередно через каждый, высотой 15см и , в лазанье по гимнастической стенке разноименным способом с изменением темпа и в ходьбе по веревке боком, приставным шагом; повторить ходьбу по гимнастической скамейке с приседанием на середине; закреплять отбивание мяча о пол на месте 6-8 раз подряд. Закреплять ходьбу с перестроением в пары и в одну колонну по одному по ходу движения. Продолжать учить выполнять общеразвивающие упражнения в парах без предметов. Добиваться согласованности в выполнении общеразвивающих упражнений. Расширять представления детей о космосе, космонавтах, космических ракетах. Развивать познавательную активность. **2. Оздоровительные**: удовлетворить потребность детей в движениях, улучшать функцию дыхания, укреплять мышцы спины, рук, ног во время выполнения движений, умение держать равновесие.  
**3. Воспитательные**: воспитывать самостоятельность, стремление добиться положительного результата, умение действовать в коллективе, а также   уважение к профессии космонавта, чувство патриотизма; воспитывать желание быть сильным и смелым.

**Оборудование:** 2 гимнастические скамейки, две верёвки длиной 4-5 м, мячи большого размера по количеству детей, 10 мягких кубов (из модулей) высотой 15 см, 2 пролёта гимнастической стенки, схемы ракет трех цветов и разрезные к ним детали этих же цветов, мультимедийное оборудование, презентация.

**Ход методика проведения.**

**Игровая ситуация.** Дети заходят в зал. По всему ковру разбросаны разрезные детали, различные по форме и цвету. Между этими деталями на листах картона лежат нарисованные схемы - картинки (ракета, космический корабль). Дети рассматривают их. Воспитатель: Дети, как вы считаете, что это? Как вы догадались? (Дети догадываются разбросанные детали сложить соответственно на схемы – картинки). Что получилось? (Ракета, космический корабль).

**Воспитатель: космическая ракета** -  летательный аппарат для доставки космонавтов и грузов на космическую орбиту или планету.

Кто знает, из каких частей состоит ракета? (корпус, обтекатель, стабилизатор).

Слайд презентации. **Воспитатель:** Правильно, вы назвали. *Корпус*– это основная деталь ракеты, в которой монтируются другие детали. *Обтекатель* – это носовая часть ракеты в форме конуса, которая быстрее помогает ракете взлететь*. Стабилизаторы* - выступы от корпуса ракеты внизу. Они служат для устойчивости и управляемости.*Иллюминаторы –* в форме круга, чтобы наблюдать окружающее пространство в космосе. **Воспитатель**: Ребята, вы хотели ли быть космонавтами, чтобы полететь в космос на таких ракетах? (Да). Что вы знаете о космонавтах. (Показ слайдов с космическими кораблями, с знаменитыми космонавтами, которые знакомы детям. ( Ю.А. Гагарин, В.Н.Терешкова, Г. Титов). (Всего 6 слайдов). Как вы думаете, каким должен быть космонавт? **(**здоровым, сильными, смелым, решительным. Для этого надо много тренироваться). **Воспитатель:** Давайте построимся в одну шеренгу, для поступления в школу юных космонавтов. Вы хотели бы, ребята, в эту школу поступить? **Дети**. Да! **Воспитатель:** Очень рада. Но одного желанья мало- Каждый должен быть готов и физически здоров. Вы к проверке все готовы? **Дети**. Да, готовы! **Воспитатель:** Тогда, покажите вашу подготовку. 1часть. Ходьба в колонне по одному друг за другом. Обычный бег друг за другом (по 2 раза в чередовании). Ходьба с высоким подниманием колена. Бег врассыпную с перестроением в колонну по одному. Ходьба с перестроением в пары. Перестроение парами в две колонны по левую и правую стороны зала. А). Общеразвивающие упражнения в парах без предметов. (Используется мультимедийное оборудование, технология ИКТ. Показ упражнений детьми выведен на экран, выполнение упражнений комментируется воспитателем по необходимости).

Упражнения выполнять по 4-6 раз в зависимости от сложности, допускать индивидуальное окончание упражнения.

1. «Закрываем ракету»:

И. п.: стать парами, лицом друг к другу, ноги на ширине плеч, правая рука внизу, левой рукой держат товарища.

1-2 - поднять руки через стороны вверх;

3-4 - опустить руки через стороны вниз.

2. «Включаем рычаги управления»:

И. п.: исходное положение то же, взять друг друга за руки, руки согнуты в локтях. Поочередно, то правой, то левой рукой делать «нажатие» противоположной стороне (вытягивая руки).

1 - правая рука вперед;

2 - левая рука вперед;

3 - правая;

4 - левая.

3. «Взлетаем»:

И. п.: спиной друг к другу, ноги на ширине плеч, взяться за руки, руки опущены.

1 - руки в стороны;

2-3 - покачаться влево-вправо;

4 - вернуться в исходное положение.

4. «Невесомость»:

И. п.: встать спиной друг к другу, ноги чуть расставлены, взяться за руки и руки опустить.

1 - присесть;

2 - встать;

3 - развести руки в стороны;

4 - руки опустить.

5. «Летаем в невесомости»:

И. п.: лечь на спину, головой друг к другу, руки за головой.

1- поднять прямые ноги, достать носки ног товарища;

2-3 -  покачаться влево-вправо;

4- вернуться в исходное положение.

6**.**«Покорми себя в невесомости»:

И. п.: сесть на пол, ноги прямые, опираясь руками об пол.

1 - притянуть колени к животу;

2 - наклониться, достать лицом колен

3-4 - вернуться в исходное положение.

7. .И.п. стоять лицом друг к другу, взявшись за руки в стороны. В. Прыжки: одна нога вперёд, другая назад (по 20прыжков 2-3 раза).

***Воспитатель:*** *восстановим своё дыхание. (Упражнение на нормализацию тонуса дыхательных мышц «Космонавты).*

***Шлем, скафандр надеваем,*** (*вдох самопроизвольный. Скользящим движением снизу вверх «надевают скафандр, шлем»-«ш-ш-шик» (выдох), «вжик»- «застёгивают молнию» (выдох).* ***Герметичность проверяем*** *(«Проверяют герметичность «повороты головы с выдохами в стороны, коротко «ш»).* **Воспитатель.** Продолжаем подготовку, выходи на тренировку. (4 ребёнка дежурных быстро с воспитателем расставляют оборудование для выполнения основных видов движений).

Б). Основные виды движений.

1.Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием на середине.(2-3раза); 2.Прыжки в высоту с места прямо через 5-6 предметов поочерёдно через каждый ( высота 15-20см) (2-3 раза); 3.Лазанье по гимнастической стенке разноимённым способом с изменением темпа (2-3раза); 4.Ходьба по верёвке (диаметр до 3см) боком, приставным шагом (2-3 раза); (это движение используется также и для профилактики стопы при плоскостопии). 5. Отбивание мяча о пол на месте 6-8 раз подряд (2-3 раза).

*1,2,3,4 - основные виды движений выполняются двумя звеньями поточным способом; 5- отбивание мяча выпол* *няется фронтальным способом. Дети расходятся по всему залу. Страховку обеспечивает воспитатель, медицинская сестра и младший воспитатель).*

В). Подвижная игра «Кто быстрее соберет ракету?».

Принимают участие три команды. Каждый ребёнок берёт в руки по одной части от ракеты, которые окрашены в разные цвета (красный, синий, зеленый). На полу на расстоянии друг от друга лежат нарисованные схемы ракет, заданных цветов. Затем дети разбегаются по всему залу. По сигналу ведущего «Собери ракету» ребята должны быстро найти ракету нужного цвета и собрать её из деталей этого цвета. ( Игра повторяется три раза. При повторении игры детям предлагается поменяться деталями между собой или ведущий меняет расположение схем ракет)

**III часть. Релаксация «Космонавты отдыхают»**  (под лунную сонату Л.В. Бетховена в записи)

Воспитатель: Вы, ребята, молодцы, Испытанья все прошли. В школу юных космонавтов, Поступить вы все должны! (Дети уходят из зала)

**Рецензия**

**на конспект интегрированного занятия по физической культуре**

**тема** **«Школа юных космонавтов»,**

**в старшей группе**

Методическая разработка воспитателя Г.Б. Редько представляет собой занятие по физической физкультуре, которое может быть включено в общую систему физкультурно-оздоровительной работы дошкольного учреждения для создания интереса к физическим упражнениям и обеспечения более дифференцированного подхода к подбору движений.

Актуальностью данной разработки является использование различных методов и приёмов в развитии физических способностей детей, воспитание самостоятельности, стремления добиваться положительных результатов, умения действовать в коллективе, а также познавательной активности детей по теме «Космос».

Данное занятие предусматривает развитие детей по всем пяти образовательным областям. Использование игрового сюжета «Школа юных космонавтов» вовлекает детей в мир воображения и творчества к происходящему. Использование информационно-коммуникационных и здоровьесберегающих технологий, грамотно построенная методика проведения занятия     способствуют достижению положительного эффекта, достаточной моторной плотности и разумному распределению двигательной активности в течение всей деятельности.

Таким образом, данную методическую разработку  можно рекомендовать  в работе  воспитателям и инструкторам по физической культуре детских садов.