



**Непосредственно образовательная
деятельность
с детьми подготовительной группы
по физической культуре
«Космическое путешествие»**

с использованием здоровьесберегающих технологий
№1

Инструктор по физической культуре
Сумарокова Ж.А.

Виды интеграции образовательных областей:

Здоровье: следить за осанкой при ходьбе

Социализация: побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр

Труд: убирать физкультурный инвентарь и оборудование при проведении физкультурных упражнений

Безопасность: формировать навыки безопасного поведения в спортивном зале и во время проведения прыжков, подвижной игры.

Познание: формировать пространственные представления (лево, право);

Коммуникация: поощрять речевую активность детей в процессе двигательной деятельности

Музыка: вводить элементы ритмической гимнастики, развивать умение выполнять движения в соответствии с темпом музыки

Программное содержание: учить выполнять прыжок в высоту с места (на батут), выполняя энергичный толчок от пола двумя стопами; упражнять в прыжках в длину с места; закреплять умение проползать под дугу; воспитывать собранность и внимательность на физкультурном занятии.

Оборудование: магнитофон с современными записями, модули мягкие «ракета», конусы сигнальные 6 шт., коррекционная дорожка «следы» 2 шт., дуги для подлезания 2 шт., батуты детские 2 шт.

Ход занятия:

Дети входят в зал, строятся в одну шеренгу.

Ребята, сегодня мы будем космонавтами и отправимся в космическое путешествие.

Мы с вами живем на прекрасной планете

С названием чудесным Земля.

Но в космосе есть и другие планеты:

Марс, Юпитер, Сатурн и Уран.

Для прогулок по планетам

Ждет нас быстрая ракета.

Чтобы занять места в ракете, направо! (*поворот*)

Мы скафандры надеваем, *(погладить голову от макушки к затылку)*

Мы моторы запускаем. *(выполнять моторчик руками со звуком Р-р-р)*

Отправляемся в полет!

5,4,3,2,1 – взлет! *(присесть)*

В обход по залу марш! *(дети выполняют в чередовании ходьбу и бег, под музыку)*

Ходьба: - марш в колонне по одному
- на носках, руки вверх
- между конусами, руки к плечам

Бег: - обычный в колонне
- подскоки

Ходьба: - с высоким подниманием колен, руки в стороны

Бег: - обычный в колонне по одному
- с захлестыванием голени назад, руки на поясе

Ходьба: - в колонне обычная с восстановлением дыхания в движении

Мы приближаемся к планете Марс.

Я верю, что на Марсе есть друзья,

Они, как и мы, любят резвиться, петь, шутить и танцевать.

Потанцуем и мы. В колонну по два марш! *(перестроение)*

Ритмическая гимнастика + упр. на дыхание «Руки к солнцу поднимаю...»

2. Продолжаем наш полет! Приготовиться к выходу в открытый космос!

В обход по залу марш! *(дети перестраиваются, идут по кругу)*

Девочкам построиться возле красного модуля, мальчикам возле – зеленого.

Чтобы оказаться в открытом космосе, нужно:

ОД: - перепрыгнуть через модуль

- пролезть под дугу
- запрыгнуть на батут двумя ногами
- спрыгнуть на мат
- обратно вернуться «След в след» по космическим следам

Итак, мы в открытом космосе. Космонавтам собраться возле ракеты.

В космосе мы можем встретиться с инопланетянами,

Их тогда мы приглашаем поиграть с землянами.

П/игра «Космонавты»

А теперь, юные космонавты, приложите старание,

Будет сейчас тренировка дыхания.

Упражнение «Ладошки» (по методике Стрельниковой)

А теперь игра такая... Самомассаж «Ладошки»

3. Время движется вперед.

Пора возвращаться на планету Земля.

Занять места в ракете! *(построение в колонну по одному)*

Завести моторы! *(выполнять моторчик руками со звуком Р-р-р)*

5,4,3,2,1 – взлет! *(присесть)*

В обход по залу марш! *(дети проходят маршем 1 круг)*

Наше космическое путешествие завершилось.

Мы на планете Земля!

Спасибо за занятие.