

Конспект интегрированного занятия по физкультуре «Космическое приключение»



Выполнила: воспитатель Глушкова Н.Н.

Конспект интегрированного занятия по физкультуре «Космическое приключение»

МДОУ Мостовкий д/с «Колосок»

Воспитатель Глушкова Наталья Николаевна

Интеграция образовательных областей: «Физическая культура»+
«Здоровье»+ «Познание»+ «Безопасность»

Задачи:

Образовательные: закреплять двигательные умения, полученные на физкультурных занятиях. Развивать ловкость, быстроту, координацию движений. Расширить объём знаний о космосе, познакомить с работой Центра подготовки космонавтов. Обогащать словарный запас, продолжать формировать лексико-грамматический строй речи у детей.

Оздоровительные: улучшать функцию сердечно-сосудистой и дыхательной систем, укреплять опорно-двигательный аппарат. Способствовать формированию правильной осанки, укреплению связочно-мышечного аппарата ног. Тренировать и укреплять мышцы глаз.

Воспитательные: воспитывать чувство патриотизма и любви к Родине. Формировать положительную самооценку, аналитическое отношение к себе и деятельности товарищей.

Развивающая среда: телескоп, планеты, иллюстрации первых космонавтов, звёздочки, луна. Обручи, гимнастические скамейки, фитболлы. Аудиозапись «Космическая музыка», музыка космоса, мультимедийный проектор, световой проектор.

Методы и приёмы: художественное слово, игровой, эффект новизны, принцип познавательных игр, фронтальный.

Ход занятия.

Зал оформлен как астрономическая обсерватория. Воспитатель в костюме профессора. Звучит космическая музыка, профессор с детьми заходит в зал.



Мотивационная часть

-здравствуй, солнышко-другок (руками описать круг)
Здравствуй, носик-пяточок (коснуться носа)
Здравствуй, губки (показать губки)
Здравствуй, зубки (Показать зубы)
Губками почмокали
Зубками пощелкали
Рука вверх подняли
Ими помахали
А теперь все вместе
«Здравствуй» сказали.

Основная часть

-Меня зовут профессор Звездочкин. Ребята, я приглашаю вас в свою обсерваторию. А вы знаете что такое астрономическая обсерватория? (ответы детей)

-Правильно! Обсерватория – это научное учреждение, в котором сотрудники-ученые исследуют звезды, планеты, крупные звездные скопления и прочие космические объекты.

-Сегодня я вам предлагаю побыть такими учеными. А как вы думаете, что же мы будем изучать? (ответы детей)

-Конечно, планеты солнечной системы.



-Планеты очень далеко, как же мы их увидим? (ответы детей)

- Конечно же с помощью телескопа. Телескоп –это оптический прибор, позволяющий приближать очень отдаленные предметы, делать их отчетливо видимыми человеческому глазу. С помощью телескопа - большой подзорной трубы с большим количеством увеличительных стёкол - я постоянно изучаю космическое пространство, о котором коротко и расскажу.

Дети по одному смотрят в телескоп. На проекторе появляется картинка космоса.



Нас окружает Вселенная - это необъятный мир за пределами Земли. Вселенная образовалась в результате, так называемого, Большого взрыва 15 млрд. лет назад. Из материи, которая понемногу охлаждалась, образовались планеты, звёзды, галактики, кометы и другие небесные тела.

Во вселенной миллиарды галактик. Галактики - это гигантские скопления звёзд, газа и пыли, удерживаемые вместе силой притяжения.
(слайд галактики)

слайд (Звёзды)

Звёзды, сияющие в ночном небе, - тела из раскалённого газа. Звёзды излучают яркий свет, потому что их температура достигает 10 млн. градусов. Цвет звёзд зависит от их величины и температуры. Самые большие и горячие излучают голубоватый свет, а маленькие бывают белыми, желтыми, оранжевыми или красноватыми. Яркость звёзд зависит от удаленности её от Земли, чем ближе к нам звезда, тем ярче она кажется.

слайд (Солнце)

Самая близкая к Земле звезда - это Солнце. Солнце - это гигантский шар из раскалённых газов. Солнце это центр Солнечной системы, частью которой является и Земля.

слайд (Солнечная система)

Вокруг Солнца движутся девять больших планет с 68 спутниками миллиарды астероидов, метеоритов и комет, а также огромное количество пыли и газа. Каждая планета движется по своему пути - орбите, вокруг Солнца.

-Ребята, а вы знаете как называются эти планеты?

Дети: По порядку все планеты
Назовёт любой из нас:
Раз - Меркурий,
Два - Венера,
Три - Земля,
Четыре - Марс.
Пять - Юпитер,
Шесть - Сатурн,
Семь - Уран,
За ним - Нептун.
Он восьмым идёт по счёту.
А за ним уже, потом,
И девятая планета
Под названием Плутон.

1. Меркурий – самая близкая к Солнцу планета. Ее поверхность каменная и пустынная.
2. Венера – вторая от солнца планета. Здесь царит такая жара, что за несколько секунд можно испечь пирог без духовки.
3. А это наша планета, как она называется? Земля! На ней есть воздух и вода, поэтому на Земле есть жизнь. Земля имеет свой спутник — Луну.
4. Марс — единственная похожая на Землю планета тем, что имеет четыре времени года. Но на Марсе нет жизни.
5. Юпитер — самая большая планета Солнечной системы.
6. Сатурн — шестая планета Солнечной системы. Она известна своими великолепными кольцами.
7. Уран — единственная планета Солнечной системы, которая вращается вокруг Солнца, как бы лежа на боку. Ее называют «лежачая планета».
8. Нептун — холодная и синяя планета. На ее поверхности дуют самые сильные ветры.
9. Плутон — самая удаленная планета от Солнца.

-Ребята, посмотрите на нашу солнечную систему. Чего здесь не хватает? (нет планет) А мы сможем поставить их на свои места?

- Молодцы!!!

-Ребята, дело в том, что сегодня к нам пришло звуковое письмо, его прислали с далекой планеты, сейчас мы его послушаем.

(Слушают аудио запись). Внимание, внимание! Жители Земли, у нас случилась беда. Что нам делать? Помогите!

-Ну что, ребята, мы поможем? Спасем планету. Только как же мы полетим? Я хоть и ученый..., а в космосе никогда не был. Кто же подскажет нам путь?

Выходит космонавт



Космонавт: Слышал , что вам нужна помощь...

Я отважный космонавт...

В космонавты всех подряд,
Брать, конечно, не хотят.
Там берут здоровых, смелых,
Сильных, умных и умелых.
Космос — это вам не шутки,
Все расписаны минутки.
Расписание очень строго
И веселья никакого.

-Не испугались? А на чем же мы полетим? (Ответы детей)

-Конечно на ракете! Чтобы добраться до космоса нам нужно пройти подготовку космонавтов и построить ракету.

Чтоб ракетой управлять, нужно смелым, сильным стать. Слабых – в космос не берут, ведь полет не легкий труд. Начинаем подготовку, выходи на тренировку! Экипажи, слушай мою команду. В колонну друг за другом стройся.



По космодрому шагом марш!

Вот выходит дружно в ряд наш космический отряд (дети маршируют друг за другом),

Мы взлетаем высоко, мчит ракета быстро (на носочках, руки вверх, пальцы соединены),

Полетим мы далеко, к звездочкам лучистым (на пятках, руки в стороны),

Вокруг звезд мы облетим, выйти к звездам захотим (кружение с продвижением вперед),

Там ландшафт довольно сложный, с высоты свалиться можно,

Осторожно ты шагай, ничего не задевай (высокое поднимание колен),

Пещеры, овраги и трещины почвы преодолеем в скафандре мы прочном (приставной шаг боком).

Снова дальше полетим (легкий бег), в иллюминаторы глядим (руки полочкой).



Общеразвивающие упражнения.

«Ракета».

И. П.: основная стойка, руки внизу. На счет 1 – руки в стороны, 2 – верх, ладони соединить, 3 – в стороны, 4 – и. п. (6 р.).



«Включаем рычаги»

И. П.: ноги на ширине плеч, руки опущены, сжаты в кулак. На счет 1-3 поднять руки в стороны, совершить круговые движения кистями, 4 – и. п. (6р.).

«Качаем насос»

И. п.: ноги на ширине плеч, руки сложены перед грудью полочкой. На счет 1 – наклон к правой ноге, 2 – и. п., 3 – к левой ноге, 4 –и. п. (6 р)

«Антенa»

И. п.: Сидя «по-турецки», руки за головой. 1 – поворот вправо, 2- и. п., 3- поворот влево, 4- и. п.(6 р)

«Нажимаем педали»

И. П.: лежа на спине, упор на локти, ноги прямые. 1 – согнуть левую ногу в колене, 2 – выпрямить. То же правой ногой. (2 подхода по 4 раза).

«Звезда»

И. П.: стоя ноги вместе, руки опущены вдоль туловища. Прыжком раскинуть ноги и руки в стороны, прыжком собрать. (4 р.)

Упражнения на восстановление дыхания.

-Наша ракета готова к полету.

Раз, два – стоит ракета (дети поднимают руки вверх).

Три, четыре – скоро взлет (разводят руки в стороны)

Чтобы долететь до солнца (круг руками)

Космонавтам нужен год (берутся руками за щеки и качают головой).

Но в дороге нам не страшно (руки в стороны, наклоны корпуса).

Каждый ведь из нас атлет (сгибаем руки в локтях).

Пролетая над землей (разводят руки в стороны).

Ей передаем привет (поднимают руки вверх, машут).

(дети перестраиваются в одну колонну, идут по кругу)



- Ребята, а вы знаете, что в космосе нет воздуха. (Ответы детей)
Нам нужны баллоны с воздухом (дети надевают рюкзаки) .

Аудиозапись « Начинаем отсчет...»

основные виды движений.

- Мы прилетели на неизвестную на планету. Ребята, будьте осторожнее!

1. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на 360 на середине (2—3 раза) (и вот мы на планете и нам надо быть осторожными).

2. Прыжки из обруча в обруч (6—8 шт.) на правой и левой ноге (2—3 раза) (впереди у нас оказалась большая и бурная река).

3. Метание в вертикальную цель с расстояния 4 м правой и левой рукой (5—6 раз) (нам надо оставить свое послание местным жителям. Но его надо спрятать в надежном месте).

- Ребята, мы приземлились на красную планету. Как же она называется?

- Марс. А мы же не знаем их язык.. Придумал... давайте сделаем гимнастику для наших язычков. Чтобы давать чёткие ответы, нам надо потренировать язычки.



Чу – чу – чу, в космос полететь хочу.

Им – им – им, на ракете полетим.

Ды – ды – ды, долетим мы до звезды.

Ой – ой – ой, затем вернёмся мы домой.

Какой же здесь беспорядок? По залу раскиданы звезды. Детей встречает инопланитянин.

Инопланитянин: Ребята, в нашу планету врезался метеорит и все звездочки упали и смешались... мы почти все расставили на места, а как выглядит большая медведица забыли. (*плачет*)

-Ребята, а вы знаете, что такое большая медведица? (Большая Медведица – одно из самых больших созвездий)

-Поможем марсианинам?

Дети на полу вылаживают из звезд большую медведицу.



Инопланетянин: Какие вы молодцы! Спасибо вам! А куда вы направляетесь? (мы летим спасать планеты)

А можно мне с вами?

-Ну что , ребята, летим дальше...

Физкультминутка. «Космодром».

Всё готово для полёта, (поднять руки вперёд, затем вверх.)

Ждут ракеты всех ребят. (Соединить пальцы над головой, изображая ракету.)

Мало времени для взлёта, (марш на месте.)

Космонавты встали в ряд. (Встать прыжком – ноги врозь, руки на пояс.)

Поклонились вправо, влево, (наклоны в стороны.)

Отдадим земной поклон. (Наклоны вперёд.)

Вот ракета полетела. (Прыжки на двух ногах)

Опустел наш космодром. (Присесть на корточки, затем подняться.)

Аудиозапись « Начинаем отсчет»



Ведущий: А мы приближаемся к самому близкому к Земле **космическому телу – Луне** (слайд).

Луна – спутник Земли. Она в четыре раза меньше нашей планеты, на ней нет жизни, и вся ее поверхность усеяна кратерами от ударов множества метеоритов. Давайте мы «прилунимся» и немножко поиграем на луне. Надеваем скафандры, берем луноходы и выходим исследовать лунную поверхность.

Эстафета на мячах прыгунах (фитболах).



- Ребята, нам пора отправляться домой.

Аудиозапись « Начинаем отсчет»



- Посмотрите в иллюминатор!
(Дети пальцами рук показывают круг и смотрят через него). На слайде- кометы, падающие звезды.
-Что вы видите?

Дети: Кометы!

Воспитатель: Правильно! Это хвостатые кометы. А почему они так называются?

Дети: Они оставляют за собой след, как хвост.

Воспитатель: Молодцы, ребята! Ой, посмотрите, они как будто играют в ловишки. Поиграем с ними?

Подвижная игра «Хвостики»



Дети цепляют за шорты ленточки, будто хвостики. Ловишка без хвостика должен собрать за определенное время как можно больше хвостиков. По окончании игры с детьми подсчитываются результаты игры «Кто поймал больше хвостатых комет?» Игра проводится 3 раза. После окончания игры дети идут по кругу с восстановлением дыхания.

Дыхательное упражнение (2-3 раза)

И.п. - о.с.

- короткий вдох через нос, руки вверх

— 4 - медленный выдох через рот, сложив губы «трубочкой», продолжительно произнося звук «У -у-у»



Заключительная часть

-Вот, ребята, пришло время возвращаться домой. Давайте, все сядем в ракету. (звучит медленная космическая музыка. Дети ложатся в два круга, головой в середину, руки свободно лежат, глаза закрыты и спокойно лежат некоторое время, слушая медленную негромкую музыку.)



Воспитатель: Вот и вернулись мы обратно, космос очень красивый, но на Земле лучше, потому что там есть солнце, воздух и вода- это лучшие наши друзья! Занимайтесь спортом, растите и покоряйте космические просторы. А теперь давайте сделаем большую космическую фотографию (звучит «Земля в иллюминаторе»).



Инопланитянин: Вам понравилось на нашей планете? Спасибо, что вы нам помогли! За это мы хотим отблагодарить вас космическим лакомством.
-Ну а теперь мне пора домой. До свидания!

