МДОУ№19 «Березка» ЯМР

Физкультурный досуг «Полёт в космос»

материал подготовлен
инструктором по
физической культуре
Хамхоевой Л.М.

пос. Козьмодемьянск, 12.04.2022 уч. год.

Цель: закрепить знания детей о космосе, формировать чувство гражданской принадлежности, чувство патриотизма, толерантности.

Задачи:

1. Формировать стремление к самостоятельности в поиске способов и средств воплощения двигательного замысла.
2. Развивать быстроту и ловкость ориентировки в игровых ситуациях, быстроту двигательной реакции.
3. Закреплять знания детей о полётах человека в космос, о космонавтах, планетах солнечной системы.
4. Расширять словарный запас и активизировать лексику дошкольников, употребление существительных, прилагательных;
5. Воспитывать нравственно-волевые качества.
6. Формировать такие качества как отзывчивость, чувство патриотизма. Воспитывать уважение к трудной и опасной профессии космонавта;
7. Прививать любовь к стране, к космосу.
8. Продолжать воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми, заниматься сообща, формировать умение договариваться, помогать друг другу.

Словарная работа: небо, звездное небо, комета; звезда, планета, галактика, созвездия; Солнце, Земля, Луна; космос, космический корабль, спутник, телескоп, космический полет, космонавт, скафандр.

Место проведения: физкультурный зал.

Оборудование: гимнастические скамейки-2шт. крупный строительный материал, обручи.

Предварительная работа:

Беседа с детьми о предстоящем празднике 12 апреля – «День космонавтики».
Рассматривание предметных картинок с изображением первых космонавтов, спутников Земли, космических станций.
Первоначальное знакомство с Вселенной, Солнцем и солнечной системой.
Чтение стихотворений, сказок и рассказов: Н. Носов «Незнайка на луне» (главы из сказки, П. Клушанцев «О чем рассказал телескоп», В. Бороздин «Первый в космосе».) Строительная игра «Космодром».

Ход занятия:

I часть. Вводная.

Воспитатель: - Ребята, сегодня у нас праздничное занятие, посвящённое Дню авиации и космонавтики. 12 апреля 1961 года был совершен первый полёт человека в космос. Вы знаете, кто был первым космонавтом?

Дети: Юрий Алексеевич Гагарин.

Воспитатель: Правильно! Ю. А. Гагарин - гражданин нашей страны! (Воспитатель показывает портрет космонавта). С того дня прошло уже 61 год, но во всём мире, жители всего земного шара, знают и помнят имя первого человека покорившего космос. Лётчик-космонавт это очень интересная, но очень трудная профессия. Чтобы стать лётчиком-космонавтом, необходимо много знать и уметь. Как вы думаете, какими качествами должен обладать кандидат в космонавты?

Дети: Он должен быть смелым, здоровым, ловким, умным…

Воспитатель: Правильно, дети. Предлагаю вам сегодня пройти подготовку лётчиков-космонавтов и даже отправиться в полёт. Готовы?
Дети: Да!
Воспитатель:
Друг за другом становись, шагом марш.
Обычная ходьба друг за другом.
Бег по кругу-2мин.
Перестроение в три колонны.
II часть. Общеразвивающие упражнения.

Не зевай по сторонам
Ты сегодня космонавт!
Начинаем тренировку
Чтобы сильным стать и ловким.

1. «Взлетают вверх ракеты»
И. п. Руки через стороны вверх 3 хлопка над головой- салют- 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 надевают скафандр, в открытый космос вылетают» (имитация надевания скафандра) - 8 раз.

4. «В невесомости летим» Упражнение на равновесии.
И. п. Руки в стороны. Поднять то правую, то левую ногу, согнутую в колене - 6 раз.

5. «Космический корабль»

И. п. - лёжа на животе, руки прямые вытянуты вперёд, ноги вместе. 1-3- приподнять от пола руки, грудь, голову, плечи, ноги. 4- вернуться в И. п. - 6 раз.

6. «Ракета»

И. п. – лёжа на спине. 1-3 плавно поднять ноги вверх, упираясь в поясницу, поднять нижнюю часть туловища. Ноги тянуть вверх, выпрямляя их. 4- опуститься в И. п. - 5 раз.

7. «Ракета-звезда»

И. п. – стоя, ноги вместе, руки прямые над головой, сомкнуть пальцы обеих рук. 1- прыжком ноги врозь, руки в стороны; 2- И. п. - 15 раз.

Воспитатель: Вы готовы к настоящему полёту. 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: «Полёт на летающей тарелке» (бег в паре в обруче) .

3 задание: «Кто быстрее к звёздам».

Воспитатель: Подведение итогов:

Все ребята молодцы!
Постарались от души.
Ждут нас быстрые ракеты
Для полёта на планеты.

Воспитатель: 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.

Игра повторяется 3 раза.

III часть. Заключительная.

Инструктор: 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.
Мы здоровье сохраним
Все болезни победим!