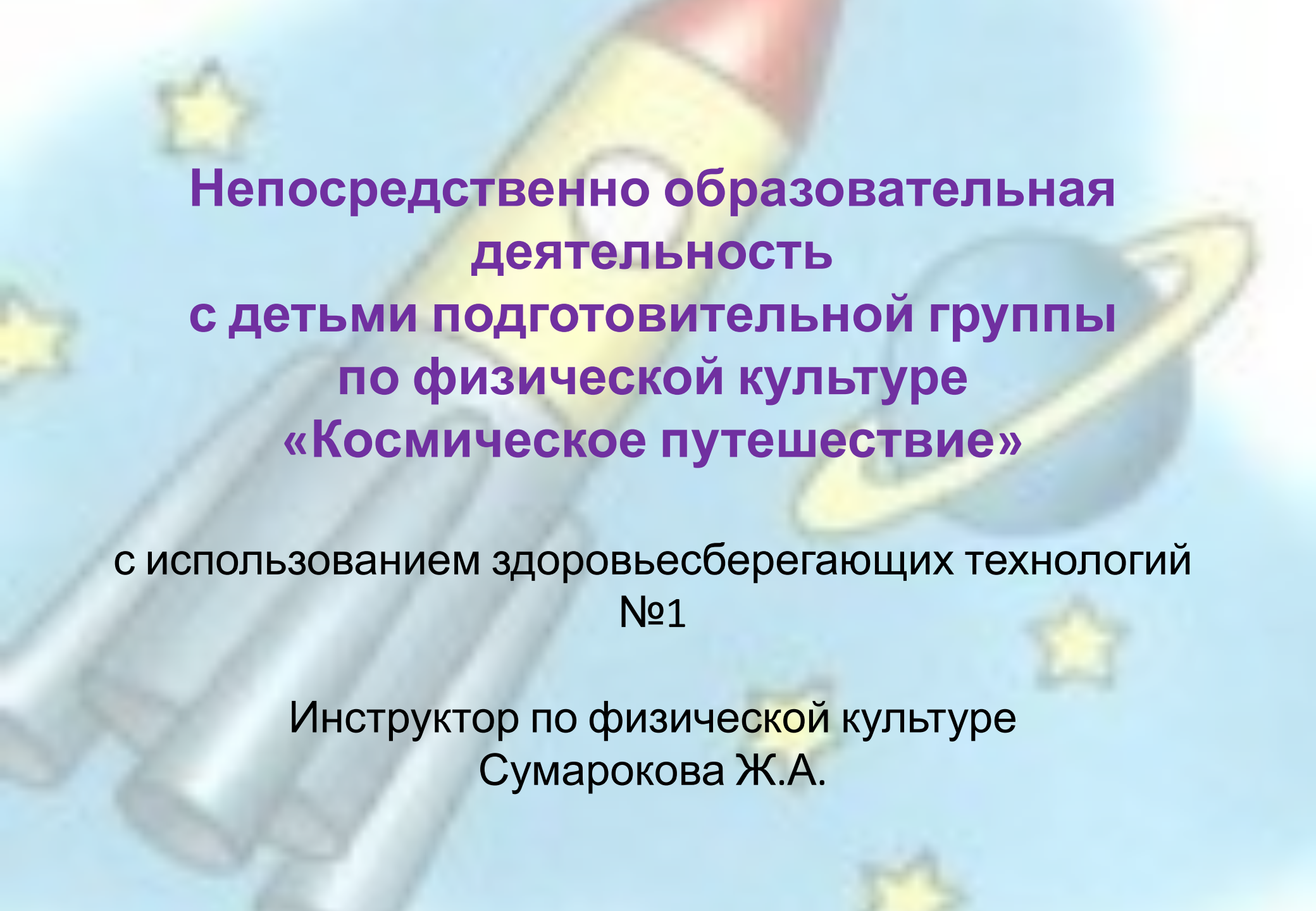


The background features a stylized illustration of a rocket launch. A yellow and red rocket is shown ascending from the bottom left towards the top center. Several yellow stars of varying sizes are scattered across the light blue sky. To the right of the rocket, a blue planet with a prominent yellow ring system is visible. The overall theme is space exploration and technology.

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.