



Департамент образования города Нижнего Новгорода

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 64»
(МБДОУ «Детский сад № 64»)**

Конспект по физическому развитию в старшей группе на тему:

«В гостях у Лунтика»

Инструктор по физ.куль-ре:

Носкова М.С.

Цель: Формировать у детей интерес и ценностное отношение к занятиям физической культурой.

Задачи:

Образовательные: упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге в рассыпную; совершенствовать умение в ходьбе по гимнастической скамейке, с мешочком на голове, руки в стороны (2-3 раза); закреплять умение в прыжках на двух ногах через препятствия бруски, обручи (высота брусков 6 см), поставленных на расстоянии 40 см один от другого (2-3 раза).

Оздоровительные: охрана и укрепление здоровья детей, развитие равновесия и координации движения.

Развивающие: развивать ловкость, быстроту, равновесие, чувство ритма и образно-игровых представлений, быстроту и лёгкость ориентировки в новых ситуациях.

Воспитательные: вызывать положительный эмоциональный настрой, интерес к занятиям физической культурой.

Предварительная работа: рассказ – презентация, а тему «Космос», объяснение значений слов: невесомость, кратеры, вулканы, кометы, метеориты, планета Луна.

Оформление зала: космическое полотно, звёзды.

Оборудование: мягкие модули-бруски 4 штуки, 2 гимнастические скамейки, мешочки с песком по количеству детей, 4-6 обручей, для ОРУ звёзды на палочке по количеству детей, сюрпризный момент - мягкая игрушка Лунтик, флэш-носитель с космической музыкой.

Ход занятия:

Дети заходят под музыку, построение в шеренгу.

Здравствуйте, дети! Как называется планета, на которой мы живём? - Земля!

Звонит мобильный телефон в кармане инструктора:

- Алло, здравствуйте, да, это детский сад, а кто говорит? Лунтик?

Вы приглашаете нас к себе в гости? На луну? Сейчас я спрошу у детей...

-Дети, Лунтик, приглашает нас к себе в гости на Луну. Полетим?- Да!

Мы принимаем ваше приглашение и скоро прилетим! (инструктор кладёт трубку)

Луна так далеко, а на чём же мы полетим? - На ракете!

Вводная часть.

Направо! Шагом марш - Идём на космодром к ракете. Ходьба в колонне по одному.

Впереди узкая тропинка-Ходьба на носках, руки наверх;

Продолжаем путь к ракете - Ходьба в колонне по одному.(Спина прямая)

Кажется, дождь начинается, открываем зонтики – ходьба на пятках, руки за головой, локти разведены в разные стороны, спина прямая.

Дождик прошёл, выглянуло солнышко, побежали к ракете - бег в колонне по одному, на носках, руки согнуты в локтях.

Прибежали мы к ракете, давайте восстановим дыхание - дыхательное упражнение 3 раза.

Основная часть.

Занимаем места в ракете! - перестроение в колонну по три.

ОРУ со звёздами

Путь предстоит далёкий, чтоб в полёте не потерять свою физическую форму, давайте сделаем упражнения со звёздочкой!

1. Ловкая звёздочка!

И. п.: основная стойка, звёздочка в правой руке. 1 руки в стороны; 2 — вверх, переложить звёздочка в левую руку; 3- в стороны; 4 — вернуться в исходное положение (6 раз).

2. Звездопад

И. п.: ноги на ширине плеч, держим звёздочку двумя руками у груди. 1 — наклон вперед, коснуться звёздочкой носка правой ноги; 2 — выпрямиться; 3- То же к левой ноге; (6 раз);

3. Звёздочка нас щекочет.

И. п.: стоя на коленях, звёздочка в правой руке. 1 — поворот вправо, коснуться звёздочкой пятки правой ноги; 2 — вернуться в исходное положение, переложить звёздочку в левую руку. То же влево (6—8 раз).

4. Приседаем со звездой.

И. п.: основная стойка, звёздочка в правой руке. 1—2 — присесть, звёздочку вынести вперед; 3—4 выпрямиться (6—7 раз).

5. Прыжки в невесомости.

И. п.: основная стойка, руки свободно, звёздочка лежит на полу. Прыжки на двух ногах около звёздочки в чередовании с ходьбой на месте (6/2 раза)

Ходьба на месте - говорим все вместе

Вот как мы шагаем, посмотри

Ноги поднимаем - раз, два, три.

6. Дыхательное упражнение «Звёздная пыль» 3 раза.

Вот мы и приземлились на планету Луна, где нас встречает Лунтик.

- Здравствуйте дети, как я рад вас видеть!- Здравствуйте!

- Лунтик, мы привезли тебе подарки. Дети, давайте подарим звёздочки. (Дети складывают звёздочки в ведёрко).

- Большое спасибо, ребята! Я приглашаю вас погулять по Луне!

Основные виды движений.

Ребята, наверно вы знаете, что поверхность Луны неровная и в космосе невесомость? Можно подпрыгнуть и улететь, поэтому давайте для груза возьмём по мешочку, положим его на голову и отправимся в путь, держа руки в стороны, а спину прямо!

Лунная поверхность. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке, с мешочком на голове, руки в стороны (2-3 раза).

В космосе летают кометы, давайте покажем, как они стремительно пролетают в Солнечной системе, метая одной рукой снизу мешочек в обруч.

2. Полёт комет (🎵 космическая музыка). Метание мешочков в горизонтальную цель (обруч) с расстояния 3 м одной рукой снизу (1 раз).

На Луне много вулканов и кратеров, которые нужно перепрыгивать на двух ногах, напоминаю, что руки нужно отвести назад, а колени немного согнуть.

3. Вулканы и кратеры. Прыжки на двух ногах через препятствия (высота брусков 6 см), поставленных на расстоянии 40 см один от другого; прыжки из обруча в обруч (2-3 раза).

- Дети, какие вы все смелые и ловкие!

Я очень люблю играть! А в какие земные игры вы любите играть? - Мы весёлые ребята! Давайте, поиграем вместе? - Конечно!(рассказываем Лунтику о правилах игры, делаем его водящим первый раз)

Подвижная игра «Мы весёлые ребята»

Дети стоят за чертой на одной стороне зала. В процессе игры им надо добежать до противоположной черты (дистанция 10—15 м). В центре площадки находятся двое водящих. Дети хором произносят: Мы — веселые ребята. Любим бегать и скакать. Ну, попробуй нас догнать! Раз-два-три — лови! После слова «лови!» дети перебегают на другую сторону площадки, а водящие догоняют их. Тот, кого водящий осалил, отходит в сторону. Как только дети пересекут финишную черту, подсчитывается количество проигравших. Игра повторяется с другими водящими (3 раза).

После космического путешествия мне кажется вы, подросли.

Дыхательное упражнение «Вырастим большими!»

И.п: о.с. 1-2 руки поднять вверх, потянуться, встать на носки; 3-4 руки опустить, встать на всю ступню-выдох, произносятся: У-у-ух! (3 раза)

Заключительная часть

Дорогой Лунтик, спасибо за гостеприимство, нам пора возвращаться в детский сад!

До свидания Лунтик, прилетай и ты к нам в гости!

- Спасибо, обязательно прилечу погостить на вашу планету Земля!

Дети, а мы занимаем свои места в ракете. Повернулись, покружились и на Землю возвратились! - Кружение вокруг себя(2 круга)

Рефлексия: Дети, что понравилось вам на планете Луна? Чем вы там занимались? В какую игру играли?

До новых встреч в спортивном зале!

♪ Шагом марш в детский сад!- дети уходят под музыку.