

Негосударственное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 143 ОАО «РЖД»
Инструктор по физической культуре – Коркина Ольга Николаевна
Дата проведения 12.04.2013 года

Физкультурное развлечение «В космос полетели»

Задачи:

- развивать умение отбивать мяч от пола;
- обучать находить место отталкивания при подпрыгивании с доставанием предмета;
- совершенствовать умение подтягиваться в положении лёжа на животе на гимнастической скамейке;
- проводить профилактику нарушения плоскостопия;
- развивать мелкую моторику рук ;
- воспитывать уверенность в собственных силах, товарищество;

Оборудование: мячи большие, канат, гимнастическая скамейка, массажные коврики, обручи.

Дети входят в спортивный зал. Выстраиваются в шеренгу.

Инструктор:

Далёкие звёзды в небе горят,
Зовут они в гости
Здоровых и умных ребят.
Отправимся свами, ребята, в космос?
Собраться в дорогу
Недолго для нас,
Нужно разминку
Сделать сейчас!

Слушай мою команду: направо! Колонной по залу шагом марш!

Ходьба

- на носочках
- на пяточках, руки за голову
- с высоким подниманием коленей, руки на пояс.

Бег.

- лёгкий бег.
- галопом.
- с захлёстыванием ног назад.

Обычная ходьба по кругу. Перестроение для разминки.

Через центр зала в колонны по двое шагом марш!

Предлагаю выполнить зарядку для космонавтов.

(презентация с космической зарядкой).

Инструктор:

Молодцы, ребята! Все старались правильно выполнять задания.

Ждут нас быстрые ракеты

Для прогулок по планетам.

На какую захотим - на такую полетим!

Но сначала нам нужно собрать мячи, чтобы мы смогли отправиться в космос.

Дети методом отбивания мяча от пола собирают их в корзину.

Вот мы и готовы к полёту! Полетели! *(раздается гул ракеты).*

- Первая планета – Белая. Состоит из газов, поэтому передвигаться будем по специальным дорожкам *(показ слайда).*

Дети идут по канату правым боком приставным шагом.

Затем ползут по гимнастической скамейке на животе.

- Вторая планета – Ярких звёзд. На ней идёт звёздный дождь *(показ слайда).*

Выполняется упражнение «Собери звёздочки» (кто больше соберёт звёзд).

- Третья планета - Зелёная на ней идут космические бури, поэтому здесь есть мусор *(показ слайда).*

Мальчики собирают платочки ногами, а девочки мешочки и кубики двумя пальцами рук.

- Четвёртая планета – планета Инопланетян. Здесь мы будем играть.

Игра «Ждут нас быстрые ракеты»

Игра «Раз, два, три инопланетянина покажи»

- Пятая планета - это Земля, самая прекрасная и красивая *(показ слайда).*

Полетели на Землю!

Раздается гул ракеты.

Дети, вам понравилось наше путешествие по планетам?

Я предлагаю вам вспомнить, какие вы видели планеты.

Но одна из них самая прекрасная планета - это Земля *(показ слайда).*

Вот наше путешествие и закончилось. Спасибо всем!

Дети: Ура!

