

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением
деятельности по физическому развитию воспитанников №109»

Методическая разработка образовательной деятельности

«КОСМОС – ЭТО МЫ»



**Разработала: инструктор
по ФК Ильясова Л.А.
Дата проведения: апрель 2023**

Екатеринбург 2023

Методическая разработка
образовательной деятельности по теме:

«Космос – это мы!»

Возраст воспитанников: старший дошкольный возраст (седьмой год жизни).

Виды деятельности: двигательная, коммуникативная, познавательная.

Образовательные области: физическое развитие, познавательное развитие.

Цель: формирование устойчивых знаний о космосе средствами физического воспитания.

Задачи:

1. Обогащать двигательный опыт детей с помощью нестандартных приемов работы. Развивать психофизические качества: ориентировку в пространстве, самоконтроль, творчество.

2. Расширять и уточнять представления детей о космосе: планетах, созвездиях, профессии «космонавт».

3. Воспитывать нравственные качества личности: волевые, патриотические в двигательной деятельности.

Оборудование и материалы:

Техническое оборудование:

- музыкальный центр;
- флешка;
- фонарик ручной аккумуляторный светодиодный;
- светодиодные лампы.

Спортивное оборудование и инвентарь :

- балансир «Доска Бильгоу»;
- игра - коврик «Математика»;
- мешочек с песком;
- баскетбольная корзина;
- мячи (баскетбольный, теннисный);
- короткая скакалка, нейроскакалка;
- конусы.

Все спортивное оборудование имеет светоотражающий элемент (светиться при светодиодном освещении).

Предварительная работа:

- актуализация знаний о космосе;
- изготовление украшений для оформления зала: космонавт, летающая тарелка, инопланетянин, созвездия;
- изготовление макетов: ракеты, планет;
- изготовление шлемов космонавта (выполнены в технике «папье-маше»).

Вся предварительная работа проходила с участием детей и их родителей.

Содержание:

Звучит музыка. Дети одеты в спортивную форму, проходят в зал и строятся в шеренгу.

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

Инструктор по ФК: Здравствуйте, дорогие друзья! Сегодня мы собрались в этом зале, чтобы отметить знаменательную для нашей страны дату! Знаете какую? Правильно, День космонавтики. Сегодня мы с вами поиграем: отправимся в полет на космическом корабле, понаблюдаем за созвездиями и пройдем много испытаний.

Вы готовы отправиться в увлекательное космическое путешествие?

Первая остановка. Какая? Узнаете, отгадав загадку.

В чёрном небе до зари тускло светят фонари,

Фонари – фонарики меньше, чем комарики... (звезды)

Инструктор по ФК: Правильно, молодцы! **Разновидности ходьбы** будем выполнять по созвездиям Большая Медведица, Малая медведица, Стрелец, Пегас. *Созвездия выложены и приклеены на полу спортивного зала.*

Шагом марш!

- ходьба обычная – 15 с;
- ходьба с высоким подниманием бедра, руки на поясе – 10 с;
- ходьба на носках, руки вверху – 10 с;
- ходьба на пятках, руки за голову в замок – 10 с;
- ходьба перекатами с пятки на носок, руки свободно – 10 с.

Темп умеренный. Выполнение разминки сопровождается методическими указаниями: «спина ровная», «руки прямые» и др.

Осуществляя разминку ходьбы, дети расширили знания о созвездиях солнечной системы.



Инструктор по ФК: Продолжаем путешествие!

С давних времен люди смотрели на небо и задумывались о том, как бы подняться выше облаков? Узнать, что же там? Друзья, а вы когда-нибудь об этом думали?

Действительно, ребята! Прошло много времени пока люди научились строить летательные аппараты. И первыми полетели в них не люди. А кто?

Согласна с вами, это были собаки Белка и Стрелка. И только после них, в космос отправился первый человек.

12 апреля 1961 года советский космонавт Юрий Гагарин был первым человеком, который полетел в космос и провел на орбите нашей планеты целых 108 минут – это почти 2 часа! Так появилась профессия «космонавт» и каждый год 12 апреля отмечается Всемирный день авиации и космонавтики.

Ребята, а какие планеты солнечной системы вы знаете?

Где в Солнечной системе побывал человек и сконструированные им устройства? Замечательно! Вы очень сообразительны!

Разновидности бега будем выполнять по кругу. По сигналу с остановками на планетах Марс, Венера и спутник Земли Луна. Ребята, вы сами выбираете на какую планету приземлиться. *Макеты планет висят на потолке.*

Бегом марш!

- обычный бег в колонне по одному – 15 с;
- бег с высоким подниманием коленей – 15 с;
- бег с захлестом голени – 15 с;
- бег враспынную – 15 с;
- обычный бег по сигналу со сменой направления движения – 15 с.

Темп умеренный. Выполнение беговой разминки сопровождается методическими указаниями «соблюдаем дистанцию» и др.

Осуществляя разминку бега, дети расширили знания о планетах солнечной системы.



Приложение 1 *(при остановке на планете делюсь интересными фактами про нее).*

ЛУНА: Первым аппаратом, коснувшимся лунной поверхности была межпланетная станция «Луна-2». На Луне есть вода, но только в твердом состоянии. В жидком виде она пребывать не может, так как под воздействием солнечных лучей быстро испаряется. Температура +107*. Знаете, как называются круглые вмятины на Луне? Точно, кратеры! Это все формируется от падения метеоритов. Любопытные данные: спутник нашей Земли покрыт 1 океаном, 27 морями, 20 озерами, 13 заливами и 4 болотами.

МАРС является крайне популярным направлением для космических аппаратов, однако небольшой части зондов удается приземлиться на поверхности «красной» планеты. Первой успешной попыткой мягкого приземления стала посадка советского аппарата «Марс -3». Аппарат передавал информацию всего лишь 14.5 секунд, а затем навсегда замолчал. Причина поломки осталась не выяснена.

Интересно, что тонкий слой атмосферы Марса вполне определяют земные климатические условия: там дуют ветра, бывают туманы, наступают жуткие морозы.

Температура зимой -153° , летом $+35^{\circ}$. Была нарисована карта Марса с сотнями тонких линий. Самое интересное, что возникновение подобных геометрических структур объяснялось деятельностью инопланетян. Как вы считаете это правда? Оригинально, ребята! Но сегодня это утверждение вызывает лишь улыбку. Рисунки на поверхности планеты оставляет талая вода.

ВЕНЕРА: «Венера -7» был первым космическим аппаратом, который достиг поверхности планеты 15 декабря 1970. Зонд проработал на Венере 23 минуты, передавая слабые сигналы на Землю. На Венере очень агрессивная атмосфера, немыслимо высокая температура и ядовитые облака в небе. Температура достигает $+480^{\circ}$. Ландшафт Венеры – это сплошные скалистые пустыни, причем абсолютно безводные. Поверхность Венеры усеяна тысячами вулканов и реками раскаленной лавы. Как вы думаете, смог ли человек проживать в таких условиях? Интересное мнение, спасибо!

После беговой разминки, переход на ходьбу, перестроение в круг. Выключается основное освещение.

Инструктор по ФК: Ой, ребята, по - моему, к нам приближается черная дыра. А вы знаете, что из черной дыры выбраться просто невозможно? Это доказано учеными. Потому что там отсутствует гравитация! Давайте скорее двигаться вперед, навстречу к звездам и жизни!

Ритмическая гимнастика с ручными светодиодными фонариками под музыкальное сопровождение – 3 мин (муз. В. Мигули, сл. А. Поперечного «Трава у дома»)



Темп умеренный. Выполнение движений сопровождается методическими указаниями. Красивое, грациозное выполнение физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.

После ритмической гимнастики включаются светодиодные лампы. Спортивный инвентарь и оборудование светиться при неоновом освещении.

Инструктор по ФК: Друзья, подскажите, какой должен быть космонавт? Мне очень нравятся ваши ответы! Космонавт должен быть здоровым, сильным, очень ловким! Никогда не унывать! Еще очень важно быть образованным, умным и сообразительным, чтобы уметь управлять таким космическим кораблем как ракета.

ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

Инструктор по ФК: Хотите стать такими? Я рада, что вы такие смелые! Тогда начнём подготовку! **Сегодня у нас непростая физкультура! Сейчас мы будем развивать наши умственные способности, выполняя физические упражнения в темноте.**

Круговая тренировка. (Задания выполняются при светодиодном освещении. Ребята сами выбирают подгруппу в которой будут обогащать свой двигательный опыт).

Основные виды движений:

- бросок мяча в баскетбольную корзину двумя руками от груди с места. Упражнение с мячом на точность – 3 мин;
- отбивание теннисного мяча и его ловля после отскока. Упражнение с мячом на ловкость – 3 мин;
- прыжки через короткую скакалку, нейроскакалку. Упражнения на развитие координации – 3 мин;
- выполнение упражнения на балансире «доска Бильгоу». Упражнение на развитие равновесия – 3 мин;
- метания мешочка в горизонтальную цель (цифры на игровике «Математика»). Упражнение на развитие глазомера – 3 мин.



Темп умеренный. Выполнение основных видов движений сопровождается методическими указаниями. Осуществляется контроль за правильным

выполнением упражнений, контроль за своевременным перемещением. Смена заданий осуществляется по сигналу.

Выполнение заданий во время круговой тренировки развивает ориентировку в пространстве и обогащает двигательный опыт детей.

ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ

Инструктор по ФК: Какие вы молодцы, справились со всеми заданиями, ответили на все вопросы! Нам пора отправляться на Землю!

Дети одевают шлемы космонавта, сделанные своими руками. Получают посылку с «космическим питанием» от корпорации «Роскосмос» (фруктоняка).



Инструктор по ФК: Вот мы и прибыли. Поздравляю всех с успешным приземлением! Дорогие друзья, я желаю вам высоких полетов. И даже если будут падения, вставайте и летите снова! До новых встреч!

(Дети уходят из зала)



Список использованной и рекомендуемой литературы:

- Секреты интересного занятия: учебно-методическое. Пособие / Ю.В. Илюхина. – Краснодар: Экоинвест, 2018. – 96 с.
- Современный детский сад. Каким он должен быть / Под редакцией О.А. Шиян. - М.: МОЗАИКА- СИНТЕЗ, 2019. – 312 с.
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 6-7 лет. – 2-е изд., испр и доп. – М.: МОЗАИКА- СИНТЕЗ, 2020. – 160 с.
- Страничка ВКонтакте Физинструктор.Ру
- Алябьева Е.А. Нескучная гимнастика. Тематическая утренняя гимнастика для детей 5-7 лет. – 3-е изд., испр. и доп. – М.: ТЦ Сфера, 2019. – 144 с. – (Будь здоров, дошкольник!).
- Оценка нейромоторной готовности к обучению /Салли Годдард Блайт. – Москва: Линка-Пресс, 2017.
- Детский фитнес. Физическое развитие детей 5-7 лет – 2-е изд. – М.: ТЦ Сфера, 2018. – 224 с. (Будь здоров, дошкольник!).
- Загадочный космос. Для дошкольного и младшего школьного возраста. Автор Ю. Соколова. Издательство «Буква-ленд»
- Первый космонавт. Для младшего школьного возраста. В.В. Сеницын. Издательство «Малыш», Москва - 1979

