

Мужецкая Ирина Александровна

инструктор по физической культуре

МКДОУ «Центр развития ребенка – Д/С №28»

пгт Восток, Приморский край

DOI 10.31483/r-151949

КОНСПЕКТ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ТЕМАТИЧЕСКОГО ЗАНЯТИЯ ДЛЯ ВОСПИТАННИКОВ ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ К ШКОЛЕ ГРУППЕ С ПРИМЕНЕНИЕМ ИНТЕРАКТИВНОГО ФИЗКУЛЬТУРНОГО КОМПЛЕКСА: «КОСМИЧЕСКОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ ДОШКОЛЯТ»

***Аннотация:** в статье представлен опыт проведения физкультурного тематического занятия «Космическое путешествие дошколят» для воспитанников подготовительной к школе группы с использованием интерактивного физкультурного комплекса. Описывается структура конспекта занятия, включающая игровые и двигательные упражнения, направленные на развитие координации, выносливости и командного взаимодействия. Применение интерактивных технологий способствует повышению мотивации детей, формированию интереса к активному образу жизни и эффективному освоению физических умений в игровой форме. Представленные методические рекомендации могут быть полезны педагогам дошкольных учреждений для организации современных и интересных занятий по физической культуре.*

***Ключевые слова:** физкультурное занятие, подготовительная к школе группа, интерактивный физкультурный комплекс, дошкольники, космическое путешествие, игровая методика, развитие двигательных навыков, мотивация к физической активности, физическая культура в детском саду.*

***Цель.** Сохранение и укрепление здоровья дошкольников.*

Задачи.

1. Продолжать развивать у воспитанников ловкость, координацию движений, внимание, реакцию, сноровку, меткость, скоростные качества, силу. Закреплять знания о космосе.

2. Формировать интерес к физической культуре, совместной двигательной активности.

3. Воспитывать у детей дружеские взаимоотношения и волю к победе.

Пособия: музыкальная колонка, кегли, бруски (высота 10–12 см), канат, мячи, интерактивный физкультурный комплекс.

Дети проходят в спортивный зал, выстраиваются в шеренгу.

Инструктор. Здравствуйте, ребята! 12 апреля для нашей страны знаменательный день, 64 года назад наш соотечественник Юрий Алексеевич Гагарин, совершил первый полёт в космос. А каких ещё космонавтов вы знаете? А как вы думаете, какими должны быть космонавты? Дети отвечают.

Инструктор. Всё, вы, верно говорите, а ещё они должны быть дисциплинированными. Наверное, многие из вас когда-нибудь хотели стать космонавтами. Дети отвечают. И сегодня у вас пусть и не по-настоящему, но есть такая возможность. Я предлагаю вам, отправиться в путешествие по межгалактике. Хотите? Дети отвечают. Тогда нам надо подготовиться к полёту. Для начала идём на спортивный стадион космонавтов.

Звучит марш, дети выполняют ходьбу по залу за ведущим.

Инструктор. Давайте немного ускоримся.

Звучит музыка для бега, дети выполняют бег в колонне друг за другом.

Инструктор. Посмотрите, впереди какое-то препятствие.

На одном конце зала, стоят бруски, высота 10–12 см дети выполняют бег с высоким подниманием колен. За тем музыка сменяется на марш, дети выполняют ходьбу в колонне друг за другом.

Инструктор. Вот мы с вами и пришли на спортивный стадион космонавтов. Здесь они каждое утро делают зарядку и сдают различные спортивные нормативы. Вот и мы с вами сделаем зарядку перед началом нашего путешествия. Группа на первый второй рассчитайсь! Дети выполняют расчет на 1-ый, 2-ой. Первые номера сделали 4 шага вперёд! Дети делают четыре шага вперёд.

Инструктор. Ну что ж, сейчас мы с вами сделаем космическую зарядку.

Музыкальна зарядка «Космическая зарядка».

После зарядки, дети выстраиваются в две колонны, у линии старта.

Инструктор. Путешествовать мы с вами будем сегодня двумя экипажами на космических кораблях, и конечно же у корабля должно быть название. Даю вам 15 секунд, чтобы придумать название своему кораблю.

Дети придумывают название и говорят инструктору.

Инструктор. Ну что ж, экипажи готовы, тогда можно отправляться в космос! Но будьте внимательны, на пути могут встречаться и кометы, и космические дыры.

1 эстафетное задание «Межгалактический полёт».

Перед каждой командой раскладываются набивные мячи, интервал между мячами 50 см. Задача команд пробежать змейкой между кеглями, не задев их, в обе стороны, положив руки на плечи соседу спереди. Чья команда быстрее и лучше справится, та и победила.

Инструктор. Ну что ж в межгалактическое, космическое пространство мы с вами попали, и чтобы нам не засидеться в наших космических кораблях, я вам предлагаю сыграть в «Космический баскетбол»!

2 эстафетное задание «Космический баскетбол».

Прежде чем попасть в кольцо ребёнок должен сделать «выход в космос» – проползти по гимнастической скамейке на животе. Затем взять большой мяч из корзины и кинуть его в мишень на стене, того цвета, который задан у одной команды в левой стороне экрана у другой в правой стороне экрана, приняв правильное И.П. Ноги согнуты в коленях, расставлены на ширине плеч, одна нога выставлена вперёд на полшага. Держа мяч на уровне груди двумя руками, при этом руки согнуты, локти опущены вниз, кисти рук сзади сбоку мяча, способом двумя руками от груди или из-за головы. При попадании в кольцо начисляется 1 балл. Участники команд должны выполнить задание 2–3 раза за отведённое время, заданное инструктором на ИФК.

Инструктор. Ребята, у меня важное сообщение, один из спутников заметил, что метеориты хотят атаковать нашу Базу, давайте им не дадим этого сделать!

Игра «Защита базы».

На интерактивном экране изображена «База», которую хотят атаковать метеориты, задача детей попадать в выплывающие метеориты малым мячом с расстояния 2,5 метра. Не дать им коснуться «Базы».

Инструктор. Ну что ж ребята, нам пора возвращаться обратно. И давайте сделаем это весело, танцуя!

Звучит песня о космосе, дети танцуют.

Инструктор. Ну, вот мы с вами и вернулись обратно. Скажите, ребята, что вам больше всего понравилось в нашем путешествии? Дети отвечают. А что для вас было самым трудным? Дети отвечают. А какие задания вам понравились больше всего? Дети отвечают.

Инструктор. На этом наше путешествие окончено. Группа, равняйся, смирно. За направляющим из зала шагом марш!

Дети выходят из зала.

Список литературы

1. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Подготовительная к школе группа / Л.И. Пензулаева. – М.: Мозаика-Синтез, 2015. – 112 с.
2. Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр. Для работы с детьми 2–7 лет / Э.Я. Степаненкова. – М.: Мозаика-Синтез, 2015. – 144 с.
3. Шеломова А.В. Интерактивный физкультурный комплекс. Методическое пособие / А.В. Шеломова. – Челябинск: ИП Мякотин И.В., 2021. – 32 с.
4. Энциклопедия для самых маленьких. Космос / пер. с итал. Е. Павловой; автор рус. текста и викторин М. Ордынская. – М.: Аст, 2000. – 43 с.