

Всероссийский конкурс для работников дошкольных образовательных учреждений «Готовы к полёту»,  
приуроченный к празднованию Дня космонавтики

Лебедева Мария Владимировна

Инструктор по физической культуре

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад «Рябинка»

**Проект НОД по физической культуре сюжетно – игровое занятие «Время первых!»**

Переславль-Залесский, 2024г

## Проект НОД по физической культуре сюжетно – игровое занятие «Время первых!»

### Аннотация

В честь Международного дня авиации и космонавтики, ежегодно, в нашем детском саду, с целью повышения познавательной активности детей в области окружающего мира (космоса) и ознакомления с профессией космонавта, проводятся разные мероприятия. Представленный проект НОД по физической культуре «Сюжетно – игровое занятие «Время первых, разработан для проведения на неделе космонавтики в соответствии с требованиями ФГОС ДО. Для оформления использована стандартная таблица, представленная авторами программы «Детский сад – 2100» Предлагаемое занятие по физической культуре проводится в спортивном зале. Для данного занятия предполагается предварительная работа: (беседы с детьми о космосе, просмотр презентаций на данную тему). Согласно учебной программе, на занятии закрепляются ранее изученные движения, а также дети получают возможность применить знакомые действия в новых интересных, сложных ситуациях. Само занятие проводится в сюжетно – игровой форме, но с соблюдением четкой структуры. Разделено на три части: вводная (подготовка организма к основной части); основная (выполнение общеразвивающих упражнений, основных видов движений, которые проводятся в виде игровых упражнений, поэтому отдельно подвижной игры нет); заключительная (постепенный переход от возбуждения к спокойному состоянию, игровой массаж и релаксация). Такие занятия помогают детям не только погрузиться в мир космоса, но и получить научные сведения об окружающем мире. Подходит для использования инструкторами по физической культуре, а также воспитателями ДОУ.

|                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Тема НОД</b>                                                                    | Сюжетно – игровое занятие «Время первых!»                                                                                                                                                                                            |
| <b>Место проведения</b>                                                            | Спортивный зал                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Возрастная группа</b>                                                           | Подготовительная группа                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Новые первичные представления детей</b>                                         | Умение переносить знакомые действия в новую игровую ситуацию, оказывать доверие партнерам.                                                                                                                                           |
| <b>Цель инструктора</b>                                                            | Создание условий для развития ловкости, чувства равновесия, координации движений в осложненных условиях, формирования пространственной ориентировки и гармоничного выполнения физических упражнений.                                 |
| <b>Имеющиеся первичные представления, которые могут быть актуализированы в НОД</b> | Умеют выполнять перестроение в колонну по два и три, имеют представление о том, как рассчитываться на первый, второй, третий, владеют различными видами корригирующей ходьбы, ОВД, умеют выполнять ОРУ под счет, беговые упражнения. |
| <b>Предполагаемая цель ребенка</b>                                                 | Примерить на себя роль космонавта и пройти испытания.                                                                                                                                                                                |
| <b>Оборудование</b>                                                                | Мячи среднего диаметра (на половину детей), гимнастические скамейки 3-4 шт., канат или длинная скакалка, точки-ориентиры, ленты на кольцах – по 2 на каждого ребенка;                                                                |

|                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                 | фольгированный шар – звезда – 2 шт., картинки, иллюстрирующие тренировки космонавтов, невесомость, портреты известных космонавтов, музыкальное сопровождение, кимпозиция «Наше время придет» (группа «Домисолька»).                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Методы, приемы, способы организации</b>                                                                      | Для оформления зала можно использовать: фольгированные шары – ракеты, звезды, картинки с изображением планет и др.<br>Объяснительно – иллюстративные методы (беседа, показ, инструктаж)<br>Практические методы (творческие выполнение физические упражнения в новой обстановке)<br>Способы организации детей на занятии: поточный, фронтальный, групповой                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Образовательные области</b>                                                                                  | <b>Задачи инструктора</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>Действия ребенка</b>                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Физическое развитие</b><br> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Обучать детей выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой.</li> <li>- Продолжать закреплять умение бросать и ловить мяч в новых усложненных условиях, сохраняя равновесие.</li> <li>- Упражнять в ходьбе по повышенной площади опоры с дополнительным заданием, в парах.</li> <li>- Закреплять умения прыгать в высоту с небольшого разбега.</li> </ul> | Выполняют знакомые ОРУ под музыку, в соответствии с текстом песни.<br>Выполняет игровое упражнение в парах «Ловим предметы в невесомости».<br><br>Взаимодействуют с другими детьми при выполнении задания «Смена экипажа».<br><br>Выполняют игровое упражнение «Выход в открытый космос» в парах. |
| <b>Речевое развитие</b>                                                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Создать условия для речевой активности детей, развития слухового внимания, чувства ритма и темпа.</li> <li>- Обогащать словарный запас, используя в речи спортивную и космическую терминологию.</li> </ul>                                                                                                                                                            | Поют знакомую песню, отвечают на вопросы, высказывают свое мнение. В процессе игры проговаривают заданный текст, вслух считают количество повторений.                                                                                                                                             |
| <b>Познавательное развитие</b>                                                                                  | Способствовать развитию интереса к истории космонавтики.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Примеряют на себя образы космонавтов, выполняют упражнения в новых условиях.                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Социально-коммуникативное развитие</b>                                                                       | Формировать готовность к совместной деятельности со сверстниками<br>Создать условия для соблюдения детьми правил игры и техники безопасности при выполнении упражнений                                                                                                                                                                                                                                         | Дети выполняют упражнения в парах командах, помогают друг другу. Соблюдают правила при выполнении динамических упражнений. Соблюдают дистанцию, согласовывают действия с партнером.                                                                                                               |

|                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                | Воспитывать чувство гордости за свою Родину, своих соотечественников, желание быть смелым и здоровым.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Художественно-эстетическое развитие</b>                                                                                                     | Создать условия для развития выразительности движений и умения согласовывать движения с музыкой                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Во время разминки стараются подстроиться под темп и ритм музыки. Проявляют эмоции при выполнении упражнений                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Этапы деятельности</b>                                                                                                                      | <b>Задачи</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>Действия ребенка</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Мотивационный этап</b><br>(1 минута)<br>(создание условий для возникновения у ребенка внутреннего побуждающего мотива к новой деятельности) | Создать условия для переключения внимания детей на предстоящую деятельность, и формирования мотивации к решению поставленной задачи.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Видят зал, украшенный в космическом стиле (ракеты, космонавты, планеты и др.). Осознают значимость предстоящего занятия. Отвечают на вопросы инструктора, высказывают свое мнение.                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Ориентировочный этап (2-3 минуты)<br>(формулирование целей и задач)                                                                            | Создать условия для определения цели занятия                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Высказывают свое мнение о том, как тренируются космонавты. Соглашаются с инструктором, что для начала необходимо размяться и подготовиться.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Исполнительский этап<br>(23-25 минут)<br>(реализация деятельности, получение результата)                                                       | <p>-Разогреть мышцы для основной деятельности, совершенствовать умения выполнять корректирующую ходьбу, беговые упражнения («змейка», «галоп», бег с захлестыванием голени и др.)</p> <p>- закреплять умение быстро перестраиваться во время движения, сохранять дистанцию.</p> <p>- Продолжать закреплять умение бросать и ловить мяч в новых усложненных условиях, сохраняя равновесие.</p> <p>- Упражнять в ходьбе по повышенной площади опоры с дополнительным заданием, в парах.</p> <p>- Закреплять умения прыгать в высоту с небольшого разбега.</p> | <p>Выполняют разминку под музыкальное сопровождение.</p> <p>Перестраиваются по - расчету на первый – второй в две колонны, а также в колонну по три через центр.</p> <p>Выполняют игровое упражнение в парах с мячом.</p> <p>Перестраиваются в колонну по два.</p> <p>Самостоятельно делят каждую колонну на две команды. Выполняют задание, помогая друг другу.</p> <p>Строятся в шеренгу на краю ковра и делятся на пары по порядку. Выполняют упражнение</p> |

|                                                                                           |                                                                                                                    |                                                                                                                                                          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Рефлексивный этап (2 минута)<br>(«взгляд назад», выражение эмоций по итогам деятельности) | Создать условия для эмоциональной оценки своих действий                                                            | в парах.<br>Оценивают качество своей работы и работы в малых группах, выражают свое эмоциональное отношение к выполненным заданиям, оценивают сложность. |
| Перспективный этап (1 минуты)<br>(выход на самостоятельную деятельность)                  | Способствовать формированию предпосылок для закрепления полученных знаний и умений в самостоятельной деятельности. | Соглашаются принять участие в выставке                                                                                                                   |
| Игровая ситуация для мотивационного этапа:                                                | Детям предлагается представить себя в роли космонавтов                                                             |                                                                                                                                                          |
| Задание на закрепление новых первичных представлений                                      | Игровые упражнения в парах.                                                                                        |                                                                                                                                                          |
| Вопросы для рефлексии                                                                     | Вам понравилось наше путешествие?<br>Какое задание показалось Вам самым трудным?<br>Самым легким?                  |                                                                                                                                                          |

### Ход НОД

| Этапы НОД                                 | Действия педагога и детей (предполагаемые ответы детей)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Мотивационный этап</b><br>(2-3 минуты) | <p><b><u>Водная часть занятия.</u></b></p> <p><i>Дети входят в зал, строятся в шеренгу.</i></p> <p><b>Инструктор:</b> Доброе утро, ребята! Сегодня отмечают один из самых интересных и важных праздников – международный день авиации и космонавтики. С давних времен загадочный и таинственный мир звезд и планет привлекал внимание людей всех стран своей красотой и неизведанностью. Ведь то, что не изведано – всегда интересно. Мы с Вами можем гордиться, тем, что именно наша страна сделала первые и решительные шаги в освоении космоса. Именно наши ученые смогли запустить первый в мире спутник, на орбиту Земли. Подскажите мне, ребята, что вы знаете о наших космонавтах?</p> <p><i>Ответы детей (Белка и Стрелка, Юрий Гагарин, Валентина Терешкова)</i></p> <p><b>Инструктор:</b> (если дети затрудняются ответить) В нашей стране нашелся человек мужественный, целеустремленный, который на своем корабле совершил полет в космос, Юрий Гагарин. Ребята, первая женщина космонавт Валентина Терешкова, наша землячка, и мы смело можем этим гордиться. Хотите быть похожими на наших героев – космонавтов?</p> <p><i>Дети отвечают</i></p> <p>Давайте представим себя в роли космонавтов? Вы готовы покорять космические просторы?</p> |

|                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Оrientировочный этап (1 минута)</p>                                                                                     | <p><i>Дети отвечают</i></p> <p><b>Инструктор:</b> В наше время космонавты из разных стран продолжают летать в космос. Сейчас космонавты живут на орбитальных станциях по несколько месяцев, выполняют работу внутри станции и в открытом космосе.</p> <p>Быть космонавтом не только почетно, но и трудно. Ребята, скажите, каким должен быть космонавт.</p> <p><i>Дети отвечают.</i></p> <p><b>Инструктор:</b> Правильно. Надо иметь крепкое здоровье, быть смелым, решительным, настойчивым, много знать и уметь. Прежде чем полететь в космос, космонавты много тренируются, отрабатывают все действия, которые им придется делать в космосе.</p> <p><i>Инструктор показывает картинку с изображением тренировки космонавтов.</i></p> <p><b>Инструктор:</b> Тогда начинаем. Самое главное умение для космонавта – ориентировка в космическом пространстве.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <p>Исполнительский этап (23 минуты)</p>  | <p>Разминка (<i>способ организации детей поточный</i>).</p> <p>Дети выполняют команды «направо», «налево», «кругом». Ходьба в колонне по одному по периметру зала на носках, пятках, внешнем своде стопы.</p> <p><b>Инструктор:</b> Отправляемся в «ЗВЁЗДНЫЙ ПОЛЁТ» (<i>Групповой способ организации</i>)</p> <p>Дети рассчитываются на первый-второй и перестраиваются из одной шеренги в две, у ведущих в руках шары-звезды.</p> <p>Выполняют бег за ведущими, двигаясь змейкой. Задача команд не наталкиваться друг на друга, заранее рассчитывая свое направление движения и его скорость. По окончании задания, дети возвращаются в одну колонну. Перестроение в колонну по три через центр, по ходу движения взять ленты.</p> <p><b><u>Основная часть занятия.</u></b></p> <p><b>ОРУ:</b> ритмическая гимнастика с лентами «Время придет» (способ организации детей фронтальный).</p> <p><i>Проигрывш:</i></p> <p>И.п. - О. с, руки внизу.</p> <p>На 4 счета движение стопами, отрывая от пола только пятки.</p> <p>На 8 счетов наклоны головы вправо - влево.</p> <p>На 4 счета одновременное движение плечами вверх – вниз.</p> <p>На 8 счетов поочередные движения правым и левым плечом вверх – вниз.</p> <p><i>Куплет:</i></p> <p>На 8 счетов - ходьба на месте.</p> <p>На 8 счетов - выпад вправо, правая рука «козырьком», повторить выпад влево;</p> <p>На 8 счетов - прокружиться вокруг себя, руки в стороны.</p> |

|                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p><i>Припев:</i></p> <p>И.п. – руки внизу. На 8 счетов Развести руки в стороны над головой и обратным движением рук вернуться в и. п.: стоя боком, руки согнутые в локтях у груди, правая нога согнута и выставлена на носочек.</p> <p>И.п. – сидя на корточках, руки скрещены перед грудью; на 8 счетов встать, медленно разводя руки в стороны вверх; шаг на месте.</p> <p><i>Куплет:</i></p> <p>И.п. – стоя, руки по швам. Поочередное движение руками вперед - вверх - в стороны - в и.п. - 4 раза</p> <p>И.п. - руки вытянуты вперед, кистями совершать махи вверх- вниз, руки поднять вверх и развести в стороны – 4 раза; круговые движения руками от локтя – 4 раза; шаги на месте – 4 раза.</p> <p><i>Повторение припева.</i></p> <p><i>Направляющие собирают ленты</i></p> <p><b>ОВД:</b></p> <p><b>Инструктор:</b> В космосе нет земного притяжения, и поэтому все предметы становятся лёгкими и свободно перемещаются по станции (показывает картинку).</p> <p>1. Игровое упражнение «Ловим предметы в невесомости» - дети делятся на пары самостоятельно. Один участник из пары становится на скамейку, которая располагается у стены, другой участник находится напротив, на полу на расстоянии 2 – 2,5 метра. Дети бросают друг другу мяч в парах. Необходимо сохранять равновесие при ловле мяча. Затем дети меняются местами (по 10 раз - 2 подхода) – фронтально. <i>(Дети сами вслух (тихо) считают количество бросков и, закончив, сами меняются местами.)</i></p> <p>Дети кладут мячи.</p> <p><b>Инструктор:</b> Ребята, следующее упражнение покажет Ваше умение действовать сообща.</p> <p>2. Игровое упражнение «Смена экипажа» - дети встают в 2 колонны напротив друг друга, между ними находится скамья. Участники должны одновременно пройти по скамье, при этом на середине им нужно разойтись, не сходя со скамьи, а затем встать в конец противоположной команды. <i>(Если большое количество детей, можно разделить их на 4 колонны и использовать две скамьи).</i></p> <p><b>Инструктор:</b> Космонавты должны быть дружными и, если нужно, помочь другу. В трудной ситуации они обязательно действуют слаженно.</p> <p>3. Игровое упражнение «Выход в открытый космос» - дети парами выполняют прыжок в высоту с небольшого разбега. Приземление происходит на мат <i>(Страховка обязательна)</i>. Выполняется парами поточно 2 – 3 раза <i>(количество повторений зависит от времени и количества детей)</i>.</p> |
| <p>Рефлексивный<br/>(2 - 3 минуты)</p>                                             | <p>этап</p> <p><b><u>Заключительная часть занятия.</u></b></p> <p><b>Инструктор:</b> Сегодня, вы показали просто космическую скорость и ловкость! Каждое упражнение</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |

|                             |      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------------|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                             |      | <p>выполняли сплоченно и дружно. Мне это очень понравилось. Но нам пора сделать передышку и восстановить силы. Давайте сделаем другу массаж. Представьте, что по вашей спине едет Луноход.</p> <p>Дети выстраиваются в колонну друг за другом. Выполняют массаж спины ребенку, стоящему впереди, изображая движениями кулачков, как передвигается луноход, приговаривая слова:</p> <p>Луноход, луноход, ты вези меня в поход,<br/>По луне я прокачусь с Нлошкой подружусь!</p> <p><i>(Потом разворачиваются в другую сторону и повторяют).</i></p> <p><b>Инструктор:</b> Ребята, Вам понравилось наше путешествие? <i>(ответы детей)</i>. Чему новому Вы научились? Какое задание показалось Вам самым трудным? Самым легким? <i>(ответы детей)</i></p> |
| Перспективный<br>(1 минута) | этап | <p>Инструктор: Ребята, Вы – молодцы! Я думаю, когда вы вырастите, то придет и Ваше время совершать открытия! А пока Вы еще дети, предлагаю нам с вами сделать выставку рисунков в нашем спортивном зале. Каждый из Вас может нарисовать, космос так, как вы его представляете. До свидания! Выход детей из зала.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

Использованные интернет ресурсы:

<https://multiurok.ru/files/kratkosrochnyi-fizkulturno-poznavatelnyi-proekt-ko.html>

<https://infourok.ru/scenariy-sportivnogo-prazdnika-kosmicheskij-desant-3658412.html>