Спортивная прогулка с детьми

старшего дошкольного возраста

«Космическая тренировка юных космонавтов»

Прогулки с дошкольниками являются важным элементом в режиме дня в образовательном процессе дошкольной организации. Существует несколько видов тематических прогулок с детьми дошкольного возраста: прогулки-походы, прогулки-развлечения с персонажем, прогулки-события, спортивные и прогулки –трудовые акции.

Спортивная прогулка - особый вид прогулки, в которой использование разнообразных видов детской деятельности посвящено разной тематике.

**Время проведения:** апрель.

**Задачи:**

- развивать любознательность, воспитывать гордость за свою страну («Социально-коммуникативное развитие»);

- расширять знания детей о космосе, космонавтах и первооткрывателях космоса («Познавательное развитие»);

- формировать потребность в здоровом образе жизни («Физическое развитие»);

- закреплять навыки прыжков на двух ногах в обручи с продвижением вперед («Физическое развитие»);

- развивать основные физические качества: ловкость, быстроту и внимание в игровой ситуации («Физическое развитие»).

**Предварительная работа**: рассматривание фотографий, иллюстраций к книгам о космосе; знакомство с картой звёздного неба; просмотр мультфильмов и видеороликов «Первый полет Ю. Гагарина», «Планеты солнечной системы»; беседы о Ю. Гагарине, строительство космических кораблей из конструкторов и предметов- заместителей.

**Материалы и оборудование:** разрезные картинки «Космос» (Космический корабль), 2 стола, стойки- разделители, конусы для разметки игрового поля, большие обручи, малые обручи, мячи, платочки, бросовый материал.

**Содержание спортивной прогулки**

**Организационный момент.** Педагог сообщает детям, что сегодня 12 апреля отмечается День космонавтики. В этот день впервые в космос полетел человек, его звали Юрий Гагарин. Он поднялся высоко над землёй на космическом корабле «Восток». Чтобы стать космонавтом, надо быть сильным, смелым, умным, много тренироваться и учиться. Педагог интересуется у детей, на чем люди летают в космос. Предлагает принять участие в играх, эстафетах.

**Игра *«Собери ракету».*** Группа делится на два экипажа. *Д*етям предлагаются разрезные картинки, из которых можно собрать картинку-пазл «Космос» (Космический корабль). Количество карточек равно количеству детей. Обратная сторона картинки может быть синего или жёлтого цвета. Дети таким образом разделяются на два экипажа и собирают картинку (одинаковую). Экипаж, который соберёт картинку первым, получает дополнительные очки. Детям предлагается придумать название своего экипажа. Оба экипажа должны создать собственную модель космического корабля из предложенного оборудования, подручного, бросового материала с использованием малых игровых форм, имеющихся на участке.

**Эстафета *«Тренировка космонавтов»****.* Чтобы стать космонавтом, нужно иметь хорошую космическую подготовку. Выносливость- незаменимое качество члена космического экипажа. Тренировка экипажей проводится во время эстафеты.

*1 задание (с малыми обручами).* Используются малые обручи. Они раскладываются перед каждым экипажем. Детям нужно друг за другом проскочить обруч и бегом вернуться в конец своей команды.

*2 задание (с большими обручами).* Используются два обруча. Каждый член экипажа переходит (перепрыгивает) от первого обруча ко второму. Затем, находясь во втором обруче, переставляет первый обруч - ставит его впереди себя. Таким образом он доходит до конца, возвращается с обручами и передает их следующему члену экипажа.

*3 задание (с мячами).* Задание выполняется в парах. Двое детей удерживают мяч, используя различные способы его захвата. Первая часть пути- один способ захвата мяча, обратный путь – другой способ (например, мяч может удерживаться рука- рука, рука- плечо, голова-голова др.)

**Подвижная игра *«Кометы».*** Каждому экипажу даётся по пять лёгких платков (это кометы). В игре участвуют все дети. «Кометы» каждой команды должны коснуться платком (шлейфом кометы) участника другой команды. Если это удалось, платок переходит к нему. Побеждает экипаж, у которого остается меньше платков, то есть самая подвижная и ловкая команда космонавтов.

**Подвижная игра *«Невесомость - тяжесть».*** Один экипаж двигается по «магнитной планете», выполняя тяжёлые движения, другой в космическом корабле испытывает невесомость выполняя плавные замедленные движения. По команде ведущего они меняются местами. Движения повторяются 8-10 раз.

**Игра *«Летает- не летает»*.** Педагог называет разные предметы. Если предмет летает, дети поднимают руки, если нет- руки ребят опущены.

**Творческое задание.** Экипажи по очередиизображают космический корабль.

**Заключительная часть.** В конце спортивной прогулки педагог подводит итоги. Сообщает, что из всех профессий, существующих на Земле, профессия космонавта самая трудная, опасная и ответственная. Необходимы серьезные знания, длительные тренировки и упорство, для того, чтобы стать косманавтом. Это настоящий научный, технический и, главное, человеческий подвиг.