Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение №153 "Детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по художественно-эстетическому направлению развития детей"

Открытое занятие по физкультуре

«Школа космонавтов»

(средняя группа)

Тип занятия: физкультурно-оздоровительный, познавательный, игровой.   
  
Комплексное занятие: физкультуры, музыкальное, окружающий мир.   
  
Интеграция образовательных областей: познание, здоровье, коммуникация, социализация.   
  
Программное содержание:   
  
• закрепление знаний о планете Земля;   
  
• воспитывать уважение детей к профессии летчика-космонавта;   
  
• воспитание интереса к окружающему миру;   
  
• упражнять детей в ходьбе и беге по кругу;   
  
• продолжать учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке;  
  
• упражнять в прыжках на двух ногах и метании в вертикальную цель.   
  
• приучать помогать взрослым подготавливать физкультурный инвентарь для физических упражнений, убирать его на место.   
  
Место проведения: спортивный зал.   
  
Пособие и оборудование:   
  
Обручи, кегли, гимнастические скамейки, мяч, спортивная форма, чешки.   
  
Предварительная работа:   
  
• Беседа о дне космонавтике и первом космонавте;   
  
• Рассматривание иллюстраций;   
  
• Чтение художественной литературы по теме «Космос»:   
  
- «Большая энциклопедия дошкольника»;   
  
- Детская энциклопедия «Все о Космосе»;   
  
- «Малышам о звездах и планетах» Е. П. Левитан.   
  
Работа с родителями: ознакомление родителей с программным содержанием занятия и обсуждение подготовительной работы в семье.   
  
I. Вводная часть.   
  
Дети организованно входят в зал под «ГИМН КОСМОНАВТОВ» (Заправлены в планшеты космические карты) Музыка: О. Фельцман, слова: В. Войнович   
  
Воспитатель: здравствуйте ребята! Сегодня у нас не простое занятие. Сегодня мы с вами отправляемся в путешествие в космос. 12 апреля наша страна отмечает праздник - День космонавтики. 50 лет назад в космос полетел первый человек. А кто знает, как его звали?   
  
Дети: Юрий Алексеевич Гагарин.   
  
Воспитатель: Молодцы. А вы ребята хотели бы стать космонавтами?   
  
Дети: да   
  
Воспитатель: Кто такой космонавт?   
  
Дети: это человек, который летает в космос на ракете.   
  
Воспитатель: Хорошо. А как вы думаете, каким должен быть космонавт?   
  
Дети: Здоровым, сильным, трудолюбивым, мужественным, выносливым, умным и т. д.   
  
Воспитатель: Правильно. А как называется наша планета?   
  
Дети: Земля   
  
Воспитатель: А как называется спутник Земли?   
  
Дети: Луна   
  
Воспитатель: А самая большая звезда в нашей вселенной?   
  
Дети: Солнце   
  
Воспитатель: Молодцы, вы много знаете. А теперь давайте поиграем.   
  
Подвижная игра «Ракета»   
  
А сейчас мы с вами, дети, улетаем на ракете. Маршируют по кругу   
  
На носки поднимись, а потом руки вниз. Поднимаются на носки, руки вверх, сложив ладошки. Руки опустить вниз через стороны   
  
Раз, два – потянись, вот летит ракета ввысь. Поднимаются на носки, руки вверх, сложив ладошки, бегут на носочках в разные стороны   
  
Воспитатель: отлично, ну, а теперь приступим к подготовке к полету в космос.   
  
II. Основная часть.   
  
Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег по кругу, врассыпную (в чередовании)   
  
Воспитатель: А знаете ли вы, ребята, что космонавты должны быть сильными, ловкими и выносливыми!   
  
Дети: да!   
Становись ка по порядку на веселую зарядку

Все готово для полета-------- руки вперед , вверх

Ждут ракеты всех ребят-------руки вместе над головой

Мало времени для взлета-------шагаем на месте

Космонавты встали в ряд-------прыжок, руки вверх, хлопок

Поклонились вправо, влево, -----наклоны

Отдадим земле поклон-------наклоны вперед

Вот ракета полетела--- прыжки на двух ногах

Опустел наш космодром--------присели

Воспитатель: перед тем, как совершить путешествие в космос, будущие космонавты, проходят различные испытания. Давайте представим ,что нам надо подняться на космический корабль. А для этого нам необходимо пойти по очень узкому коридору. (Дети строятся в колону по одному и ходят по кругу. По команде воспитателя переходят на бег.) И вот коридор остался позади, мы вышли на взлетную площадку, но что бы нам попасть на свой космический корабль на необходимо обойти все препятствия. (Ходьба в рассыпную между предметами).   
  
Общеразвивающие упражнения.   
  
1. И. п. : основная стойка, руки на поясе. 1—2 — поднимаясь на носки, руки через стороны вверх, потянуться; 3—4 — вернуться в исходное положение (6—7 раз) (и вот наша ракета набирает высоту и вылетает в открытый космос) .   
  
2. И. п. : ноги на ширине плеч, руки за спину. 1 — руки в стороны; 2 — наклон вправо, руки вверх; 3 — выпрямиться, руки в стороны; 4 — вернуться в исходное положение. То же влево (6 раз) (а в космосе летают метеориты и астероиды, от которых нам нужно уклонятся) .   
  
3. И. п. : ноги слегка расставлены, руки в стороны. 1—2 — глубоко присесть, колени обхватить руками, голову опустить; 3—4 — вернуться в исходное положение (6—8 раз) (и вот мы долетели до нужной планеты и нам пора приземлятся).   
  
4. И. п. : стоя на колёнях, руки на поясе. 1 — поворот вправо, правой рукой коснуться пятки левой ноги; 2 — вернуться в исходное положение. То же влево (6—8 раз) (перед тем как выйти из корабля мы обуваем космическое снаряжение) .   
  
5. И. п. : стоя в упоре на коленях, опираясь ладонями о пол. 1—2 — выпрямить колени, приняв положение упора согнувшись; 3—4 — вернуться в исходное положение (4—5 раз) (надо проверить правильно ли мы все одели и застегнули) .   
  
6. И. п. : лежа на животе, руки согнуты в локтях перед грудью. 1 - 2 —прогнуться, руки вынести вперед; 3—4 — вернуться в исходное положение (5—6 раз) (ну а теперь мы готовы выйти из корабля, но не совсем обычным способом).   
  
Основные виды движений.   
  
1. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на 360 на середине (2—3 раза) (и вот мы на планете и нам надо быть осторожными) .   
  
2. Прыжки из обруча в обруч (6—8 шт.) на правой и левой ноге (2—3 раза) (впереди у нас оказалась большая и бурная река) .   
  
3. Метание в вертикальную цель с расстояния 4 м правой и левой рукой (5—6 раз) (перед тем как вернуться назад, нам надо оставить свое послание местным жителям. Но его надо спрятать в надежном месте).   
  
Воспитатель: очень хорошо, а теперь нам пора в обратный путь.   
  
III. Подвижная игра «Космонавты».   
  
В разных концах зала кладут 4-5 больших обручей. Это посадочные места ракет, готовых отправиться в полет. В одной ракете может поместиться 2-3 космонавта. Всем мест в ракетах не хватает. Дети берутся за руки, идут по кругу хором произносят:   
  
Ждут нас быстрые ракеты для прогулок по планетам,   
  
На какую захотим – на такую полетим.   
  
Но в игре один секрет: опоздавшим места нет!   
  
С последним словом все разбегаются и стараются быстрее занять места в одной из ракет. Опоздавшие собираются в центре круга, а занявшие места объявляют свои маршруты (Земля – Луна – Марс; Земля – Марс – Земля и т. д.) затем все собираются в общий круг, берутся за руки. Игра повторяется 2-3 раза.   
  
Воспитатель: ну вот мы и вернулись на свою планету. Давайте отдохнем после долгого перелета.   
  
Игра малой подвижности:   
  
В небе ясном солнце светит,   
  
Космонавт летит в ракете. (Потянуться – руки вверх.)   
  
А внизу леса, поля – (Наклониться.)   
  
Расстилается земля. (Руки развести в стороны.)   
  
Воспитатель. Молодцы, ребята! Но наше космическое путешествие подошло к концу. И для всех вас я приготовила награду (всем вручаются медали, а в группе вас ждет угощение.