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.