|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Физкультурный досуг «Космонавтами мы будем»**  *(старший дошкольный возраст)*                      **Подготовила:**  Третьякова И.Н. –инструктор по физической культуре          Задачи:   1. Создать радостное, праздничное настроение у детей, родителей. 2. Расширить объем знаний детей о космосе. 3. Закрепить двигательные умения, полученные на физкультурных занятиях. 4. Развивать ловкость, быстроту, ко­ординацию движений. 5. Воспитывать чувство патриотизма и любви к Родине. 6. Формировать положительную са­мооценку, аналитическое отношение к себе и деятельности товарищей.   **Предварительная работа:**На занятиях познакомить детей с историей развития космонавтики, с созвездиями, вызвать интерес к космосу.  Инвентарь:  Зал, украшенный плакатами, рисунками, фотографиями космонавтов. Изображение космического корабля, летящего в космосе над землей, разноцветные воздушные шары; изображения планет, звезд, комет, вырезанных из цветного картона, костюм инопланетянина.  **Для эстафет и аттракционов**: ленты трех цветов (белые, красные, синие), длина 60 см., два набивных мяча, две дуги в-50 см., 4 кольца для серсо, 4 гимнастические палки 70 см., детские ведерки- 2шт., веник и метла (два набора), комочки из цветной бумаги (15 шт.), конверт с загадками, два малых  массажных мяча, два малых резиновых мяча, два кубика сторона 7 см., два шнура, к концам которых прикреплены палочки, а на середине  - изображение Луны, обручи д-60 см., дипломы и угощения.      **Ход досуга**  Под звуки  музыки «Марш космонавтов (муз. А. Рыбникова) дети в спортивной форме входят и с*тановятся в шеренгу.*  ***Инструктор:*** Здравствуйте, дорогие ребята и уважаемые гости! Сегодня, 12 апреля, мы не случайно собрались в спортивном зале. В нашей стране в этот день отмечается большой празд­ник — Международный день авиации и космонавтики. Именно 12 апреля в 1961 году, 50 лет назад, в космос по­летел первый человек нашей планеты. Вы знаете, кто был первым в мире космонавтом?  Дети. Юрий Гагарин!  Инструктор: Правильно! С тех пор каждый год наша страна отмечает …..*(ответ детей).*И наш спортивный праздник посвящен этому дню. А вы, ребята, хотели бы стать космонавтами? *(Ответы детей)*. Как вы думаете, каким должен быть космонавт? *(сильным, смелым, здоровым умным, трудолюбивым, выносливым).*    *1. Дети читают стихи*   |  |  | | --- | --- | | 1-й ребенок.  Мы пришли на космодром.  Посмотрели мы кругом —  Видим белую ракету  Высотой с огромный дом.   1. й ребенок.   Вышел из нее пилот  Посмотрел на звездолет  И сказал: «Привет, ребята!  Вот и смена нам растет!   1. й ребенок.   Вы скорее подрастайте,  Тренируйтесь, закаляйтесь.  Космонавтов наш отряд  Будет вас увидеть рад!» | **4-й ребенок**  Как герои-космонавты,  Быть такими мы хотим.  Подрастём и тоже в космос  Непременно полетим.  5-й ребенок  Будем в школе так учиться,  Чтоб пятёрки получать.  Будем дружно все трудиться,  Чтобы к звёздам улетать.  6-й ребенок  Как отцы и деды наши,  Славить Родину хотим.  В честь страны своей России  Мы в ракетах полетим |   *Входит инопланетянин.*  Инопланетянин: Здравствуйте, я приле­тел на Землю с далекой планеты. В свой те­лескоп я часто наблюдал за вами. Узнал, что сегодня у вас праздник, на котором вы буде­те показывать свою ловкость, смелость, вы­держку и силу. И решил обязательно к вам прилететь, чтобы собственными глазами все увидеть.  Инструктор: Добро пожаловать! Наши ре­бята готовятся к поступлению в Школу юных космонавтов. Посмотри, как это про­исходит. На разминку, шагом марш!  Дети перестраиваются в колонну по одному,  берут разноцветные ленты, затем строятся в  три колонны.  2. Разминка с лентами   1. И.п. - о.с. 1 - руки с лентами в сторо­ны; 2 - правая нога в сторону на носок; 3 - ру­ки с лентами вниз; 4 - и.п. То же левой но­гой (восемь раз). 2. И.п. - о.с. 1 - руки с лентами вверх; 2 - правая нога назад на носок; 3 - руки с лентами вниз; 4 - и.п. То же левой ногой (восемь раз). 3. И.п.- ноги на ширине плеч, руки с лентами внизу. 1 - руки с лентами вверх; 2 - наклон вправо; 3 - руки с лентами вниз; 4 - и.п. То же в левую сторону (во­семь раз). 4. И.п. - ноги на ширине плеч, руки с лентами внизу. 1 - поворот туловища вправо, руки с лентами перед собой впе­ред; 2 - и.п.; 3 - поворот туловища влево, руки с лентами перед собой вперед; 4 - и.п*.*(восемь раз). 5. И.п. - стоя на коленях или сидя на пят­ках, руки с лентами на коленях. 1-2 - по­тянуться вверх, помахать лентами впе­ред-назад, прогнув спину; 3-4 – и. п. (во­семь раз). 6. И.п. - прыжки (ноги врозь, ноги вмес­те, руки с лентами в стороны) в чередовании с ходьбой (два раза по шесть прыжков). 7. Упражнение на дыхание.    Дети перестраиваются в одну колонну и складывают ленты на место.  3. Инструктор: Начинаем подготовку! Выходи на тренировку! Дети строятся в две колонны по росту. Первое задание: «Сохрани равновесие» - ходьба на носках со звездой (сшитой из ткани) на голове, руки на поясе.  4. «Проползи в  отсек космического корабля» - ползти до дуги (высота 50 см, расстояние 3 м), толкая мяч перед собой; проползти под дугой и, с мячом в руках бегом вернувшись назад, передать мяч следующему игроку.  5. «Готовимся к полету» У линии старта 2 команды игроков. Напротив каждой ко­манды на расстоянии 4 метров от нее кладется первая гимнастическая палка, далее на линии финиша на расстоянии 6—8 м от линии старта кладется вторая гимнастическая палка. По сигналу ведущего: «На старт. Внимание! Марш!» — первые игроки команд бегут к первой папке, ставят ее перпендикулярно на пол, обегают вокруг нее полный круг, придерживая палку за верхний конец, кладут ее двумя руками на прежнее место, переступают через нее и бегут ко второй палке. Ставят ее перпендикулярно на пол, обегают во­круг нее полный круг, кладут на место двумя руками и, не переступая через палку, возвращаются бегом по прямой в свою команду, передают эстафету следующему игроку. Остальные игроки выполняют аналогичные действия.  *Выполнив задание, игроки присажи­ваются на гимнастические скамейки.*  6. Инопланетянин: Вижу я, ребята, что вы очень ловкие, да какие быстрые. Но космонавты должны очень умными, многое знать о космосе. Вот проверю я вас! Если не ответите на мои вопросы, не видать вам школы космонавтов!   * Кто из землян первым полетел в космос? * Какие планеты вы знаете? * А какие звезды? * Кто придумал первый летательный аппарат? * Где находится музей космонавтики? * Кто руководил изготовлением первого космического спутника? * Кто повторил подвиг Ю. Гагарина? * Как звали собак, которые тоже путешествовали в космос? * Назовите имя первой женщины-космонавта? * Что делают космонавты в космосе? * Чем питаются космонавты в космосе?   Инопланетянин: Да, молодцы, ребята! Вижу, вы готовы к поступлению в школу космонавтов.  Инструктор: Продолжаем тренировку! Нам еще предстоит научиться убирать комический мусор.  В руки швабры и совки  Мы сейчас возьмем,  Мусор весь космический  Быстро уберем!  7.«Космические дворники» По полу физкультурного зала в про­извольном порядке рассыпается «кос­мический мусор» (комки из смятой цветной бумаги). На противоположных сторонах зала ставится по детскому ведерку. Ведущий приглашает в центр зала двоих игроков. На них фартуки, в руках — швабры и совки. По сигналу ведущего: «Раз, два, три, мусор убери!» — играющие начинают складывать мусор каждый в свое ведерко. Игроки должны заметать швабрами на совки только по одному комку бумаги, относить их затем в свои ведерки. Побеждает игрок, собравший больше мусора.  **8. Эстафета «Будь вниматель­ным»**Две команды игроков строятся за линиями старта в колон­ны. В руках первых игроков находится по малому мячу. Напротив каждой команды на расстоянии 3—4 м кладет­ся на пол 1-й обруч, в центр которого ставится кубик (7 см), далее на расстоянии 3—4 м кладется 2-й обруч, в центр которого кладется массажный резиновый мяч. По команде ведущего: «Беги, не зевай, предметы меняй!» — игроки, стоящие в командах первыми, бегом направляются к 1-му обручу, останавливаются около него, кладут в обруч малый мяч, берут из него кубик, с кубиком бегут ко 2-му обручу. Около него игроки вновь останавливаются, кладут в него кубик, берут массажный мячик, воз­вращаются к 1-му обручу, кладут в него массажный мячик, берут мягкий мяч. По прямой бегом возвращаются в свои команды, передают мягкие мячи следующим игрокам. Следующие игроки по очереди выполняют те же действия. Побеждает команда, игроки которой быстрее, без ошибок выполнят задание.  **Инопланетянин:**Недавно встречался я с воздушным пилотом – Бабой Ягой. Знаете, как она на метле летает, не хуже космонавтов. Поставила на метлу реактивный двигатель и летает на другие планеты. Всем там загадки загадывает. Вот мне письмо передала для вас. Прочитаем! *(Распечатывает письмо)*  Отгадайте-ка, ребятки  Поскорей мои загадки  Про далекие планеты,  Космос, звезды и ракеты.   |  |  | | --- | --- | | **Загадки.**  Я даже уверен, что с этой  Давно вы знакомы планетой.  Озера, леса и поля.  Конечно же, это... **(***Земля).*    Выше леса, выше гор  Расстилается ковер.  Он всегда, всегда раскинут  Над тобой и надо мной,  То он серый, то он синий,  То он ярко-голубой. (*Небо)*    На небе происходит это –  Огромный хвост, сиянье света  Да это, ясно же…(*комета)* | Плывет в просторе,  Но не в море.  Кораблем зовется,  А вокруг звезд вьется.**(***Космический корабль)*    Не сокровище, а сверкает.  Не огонь, а греет.  Не живое, а двигается. (Солнце)    Распустила алый хвост,  Улетела в стаю звезд.  Наш народ построил эту  Межпланетную... (*ракету).*  Ответ дружок мой, крайне прост,  Ищи его ты среди звезд.  Бывает долькою она,  Бывает полною... (*Луна)* |   9. «Полет на Луну»  В игре одновременно уча­ствуют четверо детей (две пары). У каждой па­ры в руках длинная лента, к концам которой прикреплены небольшие палочки, а на середине ленты - изображение Луны.  По сигналу каждый играющий старается как можно быстрее намотать вращательными движе­ниями ленту на свою палочку и «приблизить свою ракету к Луне».  10.Игра «Ракетодром» На полу разложены несколько обручей, оформленных в виде космических ракет. Количество «ракет» меньше, чем число играющих. (В игре участвует любое число дошкольников.)  *Дети*идут по кругу.  Ждут нас быстрые ракеты  Для полёта на планеты.  На какую захотим,  На такую полетим.  Но в игре один секрет:  Опоздавшим места нет!  Дети бегут к ракетам, стараясь занять себе место, и встают в обруч. Те, кому ракеты не досталось, выбывают. Можно постепенно усложнять игру, уменьшая количество ракет.  **11.Инопланетянин** хвалит детей, выдает удостоверение, подтверждающие, что они стали учениками школы космонавтов. Раздает угощения. |