|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|         **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 ракетуВысотой с огромный дом.1. й ребенок.

Вышел из нее пилотПосмотрел на звездолетИ сказал: «Привет, ребята!Вот и смена нам растет!1. й ребенок.

Вы скорее подрастайте,Тренируйтесь, закаляйтесь.Космонавтов наш отрядБудет вас увидеть рад!»  | **4-й ребенок**Как герои-космонавты,Быть такими мы хотим.Подрастём и тоже в космосНепременно полетим.5-й ребенокБудем в школе так учиться,Чтоб пятёрки получать.Будем дружно все трудиться,Чтобы к звёздам улетать.6-й ребенокКак отцы и деды наши,Славить Родину хотим.В честь страны своей РоссииМы 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 лентами1. 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 совкиМы сейчас возьмем,Мусор весь космическийБыстро 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, ребяткиПоскорей мои загадкиПро далекие планеты,Космос, звезды и ракеты.

|  |  |
| --- | --- |
| **Загадки.**Я даже уверен, что с этойДавно вы знакомы планетой.Озера, леса и поля.Конечно же, это... **(***Земля).* Выше леса, выше горРасстилается ковер.Он всегда, всегда раскинутНад тобой и надо мной,То он серый, то он синий,То он ярко-голубой. (*Небо)* На небе происходит это –Огромный хвост, сиянье светаДа 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 этуМежпланетную... (*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 ракетыДля 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.  |