

## Спортивный досуг «Отправляемся в полет»

Образовательная область «Физическое развитие».

**Цель:** приобщение детей к здоровому образу жизни через игровую деятельность.

**Задачи:**

*Обучающая:* формировать навыки здорового образа жизни, расширять знания детей о профессии космонавт.

*Развивающая:* развивать физические качества личности: ловкость, быстроту, выносливость; умение ориентироваться в пространстве.

*Воспитательная:* воспитывать целеустремленность, чувство товарищества и ответственности перед командой; приобщать детей к государственным праздникам.

**Предварительная работа:** знакомство с профессией космонавта, чтение рассказов, заучивание стихов о космосе, рассматривание фотографий, открыток с изображением космоса, показ видеофильмов, презентаций.

**Оборудование:** мягкие модули, 2 обруча, диаметр 50 см, 2 мешка, воздушные шары по числу участников, 2 мяча фитбола, 2 зонта, ориентиры, 2 корзины, кегли, музыкальное сопровождение.

**Оформление зала:** звездное небо, ракеты, планеты, кометы.

**Участники:** воспитанники старшей и подготовительной групп.

### Ход досуга

Дети входят в зал под «Марш космонавтов», муз. А. Рыбникова.

**Инструктор:** Здравствуйте, ребята!

Сегодня праздник – 12 апреля – «День космонавтики». 62 года назад 12 апреля 1961 года, наша страна вывела на орбиту Земли космический корабль «Восток». А вы знаете, кто был на борту космического корабля? (ответы детей) Правильно! На борту корабля находился первый космонавт – Юрий Гагарин. Он первый в мире совершил полет вокруг Земли на космическом корабле «Восток». Вот так появилась на Земле профессия космонавт. Каждый год, 12 апреля наша страна отмечает этот замечательный праздник - День космонавтики. Издавна люди смотрели на звёзды. Им было интересно узнать, что же на них происходит. Для этого люди придумали специальный

увеличительный прибор – телескоп. Телескопом сотни лет изучают жизнь планет.

А какие планеты знаете вы? (ответы детей)

Меркурий — раз, Венера — два, три — Земля, четыре — Марс, пять — Юпитер, шесть — Сатурн, семь — Уран, восьмой — Нептун, девять — дальше всех Плутон. Много тайн хранится в нём!

**Инструктор:**

Смотрите ребята, в небе ночном,

Для нас засветился звёздочек рой.

Звёздочки в небе так ярко сияют,

В гости к себе они нас приглашают!

И мы с вами сегодня совершим наш увлекательный, виртуальный космический полет.

Космонавтом чтобы стать,

Надо очень много знать.

Быть проворным и умелым,

Очень ловким, очень смелым.

Рано утром просыпаться

И зарядкой заниматься.

Приседать и скакать,

Чтобы космонавтом стать.

Встанем дружно, по порядку

На весёлую зарядку!

Музыкальная разминка «Капитан Краб – звездная разминка».

**Инструктор:** чтобы отправиться в путешествие нам необходимо дать названия нашим экипажам. Команды представьтесь!

Для полёта нам нужны ракеты. И я объявляю 1 конкурс «Построй ракету».

**Эстафета 1 «Построй ракету»**

У каждой команды рисунок с изображением ракеты. Командам нужно построить ракету согласно рисунка. Дети по очереди бегут, берут мягкий модуль, ставят его, возвращаются и передают эстафету следующему игроку.

**Инструктор:** Ракеты вы построили. А вы знаете, что в космосе очень и очень холодно. Если выйти в космос без специального костюма – можно моментально замерзнуть и превратиться в ледышку.

### **Эстафета 2 «Надень скафандр»**

Надев мешок на ноги – «скафандр» дети по одному прыгают до ориентира и возвращаются обратно.

**Инструктор:** Весь экипаж надел скафандры и можно занимать места в ракете.

### **Эстафета 3 «Дружный экипаж»**

Капитан команды первым обегает построенную ракету, возвращается, берёт второго члена команды, бегут вдвоем, один остается за ракетой и т.д. пока не перевезёт всех членов экипажа.

**Инструктор:** Экипаж занял места в ракете, и мы можем отправляться в полет. Дыхательная гимнастика «Надуй шарик»

Каждый весел и здоров,

К путешествию готов.

Запустим ракеты в космос.

Возьмите воздушные шарик, надуйте их и крепко зажмите. По моей команде все одновременно запускаем наши ракеты в полёт. (*Дети надуют шары*) Все готово?

Ключ на старт!

Отправляемся в полет,

Нам пора начать отсчет.

*Дети хором* 10,9,8,7,6,5,4,3,2,1...Пуск! Дети отпускают шары.

**Инструктор:** Ракеты в космосе. Но вот преграда – начался звездный дождь. Но нам совсем не страшно

Бегать под дождем,

Космические зонтики

В руки мы возьмем.

Прошу капитанов команды подойти ко мне за космическими зонтиками и стать напротив своей команды. И я объявляю следующий конкурс.

### **Эстафета 4 «Звездный дождь»**

Первый участник с зонтом бежит по степ платформам до ориентира и обратно, передает зонт следующему участнику.

**Инструктор:** с заданием справились! Я предлагаю экипажам совершить посадку на Луну. Команды, на старт!

### **Эстафета 5 «Гонки на луноходах»**

Участникам нужно оседлать «луноход – хоп» и проскакать на нём до ориентира и обратно. Побеждает самый быстрый экипаж.

**Эстафета 6 «Выход в открытый космос»** Описание конкурса. По одному проползаем через туннель и бегом возвращаемся в конец команды.

**Инструктор:** Мы в открытом космосе. Нам необходимо убрать космический мусор.

### **Эстафета 7 «Убери космический мусор»**

Дети по очереди бегут собирают в ящик мусор (кегли). Кто больше соберёт мусора.

**Инструктор:**

Вот и закончилась наша игра.

Программа полета выполнена!

Домой возвращаться, ребята, пора!

Всем экипажам занять свои места!

Мы возвращаемся на Землю.

*Релаксация - звучит спокойная музыка.*

**Инструктор:**

Окончен путь. Приземлилась ракета.

Мы в детском саду на нашей планете.

До новых встреч, ребята! – Вот и закончилось космическое путешествие, мы с вами вернулись домой, на самую лучшую из всех планет, планету – Земля.

Наш дом родной, наш общий дом –

Земля, где мы с тобой живем!

Ты только посмотри вокруг:

Тут речка, там – зелёный луг,

А где-то снег лежит горой,

А где-то жарко и зимой...

Одно у них название есть:

Леса, и горы, и моря – Всё называется ЗЕМЛЯ

Ребята, скажите, вам понравился наш полет? А что понравилось больше? Что вызвало затруднения?

Вы все молодцы! Я считаю, что полет прошел удачно!