Конспект

физкультурного развлечения

 «Школа юного космонавта**»**

**(для старшего дошкольного возраста)**

 **Подготовила инструктор по ф./к.: Адамова МА.**

**г.Сорочинск, 2019**

**Цель:** Приобщать детей к здоровому образу жизни.

Задачи:

Обучающие:

\*Совершенствовать основные виды движений (пролезание в обруч, ползание на четвереньках, ходьба змейкой между кеглями, в прыжках на двух ногах).

Оздоровительные:

\*Укреплять мышцы опорно-двигательного аппарата; дыхательной системы.

Развивающие:

\*Развивать физические качества в играх-эстафетах.

Воспитательные:

\*Воспитывать дружелюбие, стремление к взаимовыручке играх-эстафетах.

\*Воспитывать чувства патриотизма и любви к нашей планете Земля.

 *Зал декорирован на космическую тему. Под песню «Марш космонавтов» в зал входят дети, выполняют перестроения и встают в две шеренги.*

Инст.-р по ф./к.: Здравствуйте, ребята! Вы, наверное, уже знаете, что каждый год 12 апреля наша страна и весь мир отмечает День космонавтики. А скажите, почему именно 12 апреля, а не в какой-нибудь другой день? *(Ответы детей)*

 Дело в том, что именно 12 апреля 1961 года, ровно 58 года назад наш космонавт совершил первый в мире космический полет. А знаете ли вы, кто был первым человеком, побывавшим в космосе?

*(Ответы детей)*

Правильно ребята, это был Юрий Гагарин (слайд № 1 **)** Его имя связано и с нашей малой Родиной - Оренбургской областью, ведь именно в Оренбурге он учился в летном училище **( слайд №2 ).** В г.Оренбурге установлена стелла о первом космонавте земли (слайд № №3)

Лиза Л.:День сегодня не простой,
Это в мире знает каждый.
Впервые в космос полетел
Человек с Земли отважный.

Вика К.: В космической ракете с названием «Восток»

Он первым на планете подняться к звездам смог,
Поет об этом песни весенняя капель,
Навеки будут вместе Гагарин и апрель.

Аделина Х.: Мы смотрим на синее небо,

А в небе нам звёзды видны.

Сверкают, летая, кометы

И дарят мальчишкам мечты.

Выря К.: Нам хочется в космосе всем побывать

И сделать один только шаг на Луну.

Желанье скорее успеть загадать,

Увидев упавшую с неба звезду.

Степа У.: Теперь я горжусь тем, что знаю

Кем был Юрий Гагарин

Спросите меня, отвечу вам гордо

Он космонавт, первый вышедший к звёздам.

Андрей Б.: Мы однажды на ракете

Прямо к звездам полетим!

Хоть еще совсем мы дети –

Стать героями хотим!

Инст.-р по ф./к.: Сегодня, я открываю школу юного космонавта, вы хотите в нее поступить? (ответы детей) А вы, ребята, хотели бы стать космонавтами?
Как вы думаете, каким должен быть космонавт? (здоровым, сильным, образованным, умным, трудолюбивым, смелым, мужественным, упорным, выносливым).
Если очень постараться,
Если очень захотеть,
Можно на небо подняться,
И до Солнца долететь
И всерьез, не понарошку,
Познакомиться с Луной,
Погулять по ней немножко
И вернуться вновь домой.

Задания будут сложные. Вы готовы к испытаниям? И каждый свой день космонавт начинает с разминки.
По космодрому шагом марш!
Вот выходит дружно в ряд наш космический отряд (Ходьба в колонне по одному),
Мы взлетаем высоко, мчит ракета быстро (Ходьба на носочках, руки вверх, пальцы соединены),
Полетим мы далеко, к звездочкам лучистым (на пятках, руки в стороны),
Вокруг звезд мы облетим, выйти к звездам захотим (кружение с продвижением вперед),
Там ландшафт довольно сложный, с высоты свалиться можно,
Осторожно ты шагай, ничего не задевай (Ходьба с высоким подниманием колен),

Пещеры, овраги и трещины почвы преодолеем в скафандре мы прочном (Ходьба боком приставным шагом).
Снова дальше полетим (легкий бег), в иллюминаторы глядим (руки полочкой).
**Ритмическая гимнастика «Снаряжаем мы ракету» сл. Г. Бойко**
Снаряжаем мы ракету на далекую планету
А игрушки тут как тут – чемоданчики несут
(И.п.- о.с., держась за руки. Перекаты с пятки на носок, руки слегка покачивать.)
Шубы надо надевать, шапки, рукавицы,
Чтоб в ракете не чихать, чтоб не простудиться.
( И.п.- о.с., держась за руки. Движения руками вверх- вниз.)
Недоволен Буратино, что мала ему кабина,
Влезть в нее пытается, а нос не помещается.
(И.п.- о.с., держась за руки. Наклон вперед, руки назад.)
Зайцу хочется в полет, но в зайце трусость верх берет:
Вы сперва узнайте мне, нет ли волка на луне.
(И.п.- стоя на коленях, руки вниз. Сесть, руки вверх.)
Мышки хором засмеялись: Мы летали - не боялись…
Высота! Красота! Нет ни кошки, ни кота!
( И.п.- сидя, ноги врозь, носки ног соединены с носками товарищей. Наклон вперед, руки вперед.)
Не удержишь медвежат – все в кабину сесть спешат.
Им с Большой медведицей очень надо встретиться.
(И.п.- сидя, ноги вместе. Лечь на пол, руки вверх.)
Снаряжаем мы ракету на далекую планету
А игрушки тут как тут – чемоданчики несут
(И.п.- ноги вместе, руки опущены. Прыжки на двух ногах, руки вверх-вниз.)

Тогда для начала – прошу вас пройти вместе со мной на космодром.

А что это такое – космодром? (ответы детей) Правильно, это место, откуда в космос стартуют ракеты. Ребята, закройте глаза. Слышите, это мы с вами оказались на космодроме и услышали, как в космос запустили ещё одну ракету. Прошу глаза открыть.

Мы пришли на космодром.

Посмотрели мы кругом,

Ждут нас быстрые ракеты,

Полетим мы на планеты.

На какую захотим

На такую полетим.

Но прежде, чем лететь, нужно сформировать два экипажа космического корабля.

Экипажи приготовиться к приветствию!

Экипаж «Спутник» (1старшая группа)

Девиз: Силы, ловкости, отваги

 Нам не нужно занимать!

 И пройдем мы все преграды,

 Мы готовы побеждать!

Экипаж « Звезды» (2старшая группа)

Девиз: Мы приветствуем экипаж « Спутник»,

 Желаем полететь на другую планету.

 Захватить там храбрость и смелость

  А в игре показать умелость!

Инст.-р по ф./к.: Мы построили ракету –

 Корабля быстрее нет.

 Приглашаем всех в полет.

 космос! Нас ракета ждет!

 Мы садимся в звездолет,
 Отправляемся в полет.
 Пристегнулись ловко, дружно,
 Запускаем наш мотор

 Полетели! 5 – 4 -3 – 2- -1 пуск!

**Игра – эстафета «Полет на ракете».**

**Игра - эстафета « Пройди через отсеки».**

Инструктор по ф/к.: Внимание, приближаемся к Луне! Луна – это спутник нашей планеты. Это тоже планета, но очень маленькая (**слайд№5**). Чтобы исследовать луну люди придумали специальный аппарат Луноход. Давайте мы с вами соберем образцы лунного грунта.

**Игра - эстафета «Луноходы».**

Инст.-р по ф./к.: Показали ловкость, сноровку, а теперь проверю, сумеете решить мои космические загадки.

\*Мы с вами в космосе летаем, \*На небе есть созвездия,

И планеты пролетаем. Одно из них – Весы.

Нептун, Плутон, Сатурн, Уран, Его составляют четыре малых

Сосчитай скорее сам! И две больших звезды.

\*Сколько звезд в созвездии Весы?

В небе сияли четыре звезды, \*Мы пролетаем созвездие Льва.

Одна из них погасла, Четыре звезды – тело, одна – голова.

Другая вдруг упала, Еще четыре звездочки образуют

Сколько звезд на небе

Инст.-р по ф./к.: На пути у нас черная дыра, нужно ее облететь, но все же если в не попали нужно из нее выбраться.

**Игра—эстафета «Черная дыра».**

Инст.-р по ф./к.: Что я вижу, планета, ее окружают кольца, как она называется? (ответы детей)

**Эстафета - эстафета «Кольца Сатурна».**

Инст.-р по ф./к.: Отгадав мою загадку вы узнаете, что за космическое тело пролетает у нас за бортом.

Сверкая огромным хвостом в темноте,
Несется среди ярких звезд в пустоте.
Она не звезда, не планета,
Загадка Вселенной …комета.

**Эстафета - эстафета «Комета».**

Инст.-р по ф./к.: А теперь прошу наших капитанов кораблей пройти испытания, вы согласны.

**Игра «Разложи звезды по порядку».**

Инст.-р по ф./к.: Вот и закончились наши космические учения, пора возвращаться на планету Земля.

**Релаксация** (звучит «Космическая музыка»). Дети ложатся в два круга, головой в середину, руки свободно лежат, глаза закрыты и спокойно лежат некоторое время, слушая медленную негромкую музыку.

 Инст.-р по ф./к.:  Мы с полёта возвратились

 И на Землю приземлились

 Идёт веселый наш отряд

 И каждый встрече с нами рад!

Ребята, вы приняты в школу юных космонавтов! Желаю быть вам ловкими, сильными и вручаю вам жетоны о нашем космическом путешествии.

Вот и вернулись мы обратно, космос очень красивый, но на Земле лучше, потому что там есть солнце, воздух и вода- это лучшие наши друзья!