

Физкультурный досуг

«Школа космонавтов» (Старшая группа)

Разработала: Кадникова Н.Ю.

Знакомства детей с праздником – Днём космонавтики

Цель:

- дать детям почувствовать себя участниками подготовки космонавтами к полету на планеты, проверить свои возможности в соревновании с другими детьми;
- формировать уважительное отношение ко всем людям, имеющим отношение к космической отрасли России, желание быть похожими на них.

Задачи:

- радость и удовольствие;
- закрепить умение быть ответственными, организованными, целеустремленными;
- повторить игры и игровые упражнения на развитие быстроты и ловкости с использованием нестандартного оборудования, развитие быстроты реакции, внимания, умения координировать движения, воспитание выносливости;
- побудить к творческому выполнению заданий, демонстрируя спортивные умения и навыки.

Дети под музыку входят в украшенный спортивный зал и садятся на стульчики.

Ведущая: 12 апреля весь мир отмечает День авиации и космонавтики.

Это особенный день – в этот день в 1961 году, гражданин СССР, майор Юрий Алексеевич Гагарин на космическом корабле «Восток» впервые в мире совершил полет в космос, открыв этим эпоху космических полетов.

Ведущая:

А сейчас, ребята, вам,

Я один вопрос задам:

«Школу юных космонавтов»

Собираются открыть.

Вы хотели бы, ребята,

В эту школу поступать?

Дети. Да!

Ведущая: А придет пора лететь, вы не станете реветь?

Дети. Нет!

Ведущая:

Очень рада, но сначала,

Говоря без лишних слов,

Одного желание мало-

Каждый должен быть - здоров!

В космонавты берут очень здоровых людей, Ведь во время космического полёта организм человека испытывает большие перегрузки, У космонавта, в первую очередь, должны быть здоровое сердце.

Как вы думаете, что у меня в руках? (показывает муляж сердца). Так выглядит сердце у взрослого человека.

Сердца можно тренировать, приучать к большим нагрузкам. Давайте, приложи руку к сердцу и послушаем, что с ним происходит. Как оно бьётся - быстро или медленно? После тренировки проверим, что изменится.

Начинаем подготовку,

Выходи на тренировку. (Дети выстраиваются в шеренгу.)

Разминка

Всё готово для полёта, (Дети поднимают руки сначала вперёд, затем вверх).

Ждут ракеты всех ребят. (Соединяют пальцы над головой, изображая ракету).

Мало времени для взлёта, (Маршируют на месте).

Космонавты встали в ряд. (Встали прыжком – ноги врозь, руки на поясе).

Поклонились вправо, влево, (Делают наклоны в стороны).

Отдадим земной поклон. (Делают наклоны вперёд).

Вот ракета полетела. (Делают прыжки на двух ногах).

Опустел наш космодром. (Приседают на корточки, затем поднимаются).

Ведущая:

Подготовкой я доволен,

Из ребят ни кто не болен,

Каждый весел и здоров.

Наш корабль в путь готов.

Начинаем обратный счет.

Дети: 10,9,8,7,6,5,4,3,2,1, пуск.

Ребенок:

По порядку все планеты назовет любой из нас:

Раз – Меркурий,

Два – Венера,

Три – Земля,

Четыре – Марс.

Пять – Юпитер,

Шесть – Сатурн,

Семь – Уран,

За ним – Нептун.

Он восьмой идет по счету.

А за ним уже, потом, и девятая планета

Под названием Плутон. (Автор стихотворения – А.Хайт)

Ведущая:

Молодцы, действительно все планеты знаете.

Ну, тогда я приглашаю вас в школу космонавтов; где сегодня пройдут испытания и будут соревноваться в силе, ловкости, быстроте, смелости два космических отряда. (Представление команд)

Встречайте, **космический отряд «Комета».**

Девиз: У «Кометы» есть девиз – никогда не падать вниз!

Космический отряд «Спутник».

Девиз: Чтобы в космос и к звездам летать, мы готовы сейчас себя показать!

Ведущая: Оценивать сегодняшние испытания в школе космонавтов будет жюри. (Представление жюри)

- Команды готовы к испытаниям? **Дети:** - Да!

1. Эстафета «Космическая ракета»

На линии старта у каждой команды по 8 гимнастических палок и 2 обруча. Участники команды по очереди берут один предмет и на линии финиша выкладывают ракету.

Ведущая: Замечательные ракеты у вас получились, теперь можно и в космос стартовать.

2. Эстафета «Бегом в ракету»

Дети по команде, по очереди, преодолевая препятствия (пройти по канату, сохраняя равновесие; затем прыжками через 4 обруча), должны быстро занять место в «ракете». Вся команда должна оказаться в «ракете».

3. Эстафета «Загрузка ракеты»

Ведущая: А вы знаете, что полет в космосе может длиться очень долго, поэтому космонавтам необходимо много питания, запасы воды и кислорода, оборудование.

Следующий конкурс называется

4. «Загрузка ракеты».

Вам необходимо, пройдя препятствия (пройти по ребристой доске; обогнуть кубы, расставленные в шахматном порядке; пролезть под дугу), доставить груз (мячи) на ракету.

5. Конкурс «Победи невесомость»

Ведущая: В космическом пространстве не действует земное притяжение, все предметы, даже самые тяжелые, становятся легкими как воздушный шарик, в космосе – невесомость. И в следующем испытании наши команды постараются справиться с невесомостью (каждый участник должен при помощи клюшки загнать воздушный шар в ведро).

6. «Интеллектуальный»

Ведущая: Настало время показать командам свои знания о космосе. Следующий конкурс интеллектуальный (команды отгадывают загадки).

1. Чтоб глаз вооружить и со звездами дружить,
Млечный путь увидеть чтоб, нежен мощный...(телескоп)
2. Телескопом сотни лет изучают жизнь планет.
Вам расскажет обо всем умный дядя...(астроном)
3. Астроном – он звездочет, знает все наперечет!
Только лучше звезд видна в небе полная...(луна)
4. До Луны не может птица долететь и прилуниться,
Но зато умеет это делать быстрая...(ракета)
5. У ракеты есть водитель, невесомости любитель.
По-английски: «астронавт», а по-русски...(космонавт)
6. Космонавт сидит в ракете, проклиная все на свете
– На орбите как назло появилось... (НЛО)
7. А галактики летят врассыпную, как хотят.
Очень здоровенная вся эта...(вселенная)

7. Конкурс «Собери созвездие»

Команды должны выложить из бумажных звезд созвездие «Большая Медведица». Каждый участник, по очереди, передвигаясь верхом на большом мяче – фитболе, приносит свою звездочку к карте звездного неба и располагает в нужном месте.

8. Полоса препятствий «На Луне»

Ведущая: Наши команды ожидает последнее испытание. Мы высаживаемся на поверхность спутника Земли – Луну. На лунной поверхности много препятствий: кратеры, горы, впадины.

Посмотрим, как команды преодолеют все препятствия (проползти по гимнастической скамейке на животе подтягиваясь руками; пройти расстояние, перекладывая круги из поролона перед собой; попасть мешочком с песком в обруч; назад возвратиться бегом).

9. Конкурс «Портрет инопланетянина»

На листе бумаги, закрепленном на мольберте, каждый участник с завязанными глазами должен нарисовать одну из частей тела инопланетянина (голову, глаза, рот, нос, уши, туловище, руки-щупальца, ноги).

Ведущая: Замечательные получились инопланетяне, смешные с добрыми лицами. Наши соревнования в школе космонавтов подошли к концу.

Слово предоставляется жюри. Жюри подводит итоги соревнований. Участникам обеих команд вручаются удостоверения о том, что они прошли обучение в школе космонавтов, и им присуждено почетное звание «Юный Космонавт». Команды награждаются грамотами.