Физкультурный досуг

**«День космонавтики»**

В зал входят дети, становятся в шеренгу.

**Ведущий:** - Сегодня, ребята, мы пришли нас спортивный вечер досуга. Две команды будут соревноваться в беге, прыжках, играх. Сегодня необычный вечер досуга, 12 апреля в нашей стране отмечается какой- то праздник, был салют. А вы знаете, какой это праздник? День космонавтики! А каких космонавтов вы знаете... (дети отвечают) А откуда в нашей стране производится старт космических кораблей? Правильно, с Байконура. И сегодня мы с вами отправимся в очень интересное путешествие на Байконур. Туда, откуда отправляются в полёт наши космонавты.

**1-й ребёнок**: Чтоб ракетой управлять нужно смелым, сильным стать.

 Слабых в космос не берут, ведь полёт- нелёгкий путь.

**2-й ребёнок**: Рано утром я проснусь, на зарядку становлюсь,

 Приседаю и скачу, космонавтом быть хочу.

**3-й ребёнок**: Мы выходим на площадку, начинается зарядка.

 Шаг на месте, два вперёд, а потом- наоборот.

**4-й ребёнок**: Зарядка всем полезна, зарядка всем нужна,

 От лени и болезни спасает нас она

 *(дети выполняют зарядку под музыку)*

**Ведущий: -** Разминка перед полётом прошла хорошо. Команды готовы к путешествиям? В дорогу вас поведут капитаны. Мы проверим, хорошо ли они подготовились к этому путешествию.

*(конкурс капитанов)*

Команды приветствуйте друг друга.

Чтоб расти и закаляться не по дням, а по часам

Физкультурой заниматься надо нам.

Ух- ты, ах- ты,

Все мы космонавты!

 Очень важная игра прыгалки- скакалки,

 Подготовка в мастера верная закалка

 Ух- ты, ах- ты,

 Все мы космонавты!

Нам пилюли и микстуры в голода и в холода

Заменяет физкультура и холодная вода.

Ух- ты, ах- ты,

Все мы космонавты!

 Заниматься велоспортом любит летом детвора,

 А зимой кататься с горки можно каждый день с утра.

 Ух- ты, ах- ты,

 Все мы космонавты!

Не боимся и простуды, нам ангина нипочем

Мы коньки и лыжи любим, дружим с шайбой и мячом.

Ух- ты, ах- ты,

Все мы космонавты!

 Спорт ребята, очень нужен,

 Мы со спортом крепко дружим.

 Спорт- помощник!

 Спорт- здоровье!

 Спорт- игра!

 Физкульт- ура!

Ух- ты, ах- ты,

Все мы космонавты!

Отправляемся в путешествие. До Москвы мы едем на поезде.

*эстафета "Не опоздай на поезд"*

( ребёнок обегает фишку и садится на скамейку, потом бежит второй и так далее, пока все дети не окажутся на скамейке и не прогудят как паровоз.)

**Ведущий**: -От Москвы до Волги пройдём пешком. Много ручейков и речек впадает в Волгу, через них надо перепрыгивать

 *Эстафета "Переправа"*

(вся команда переправляется на другой берег, шагая по кочкам,

деревянным брускам)

**Ведущий**:- Теперь нам надо перебраться через Волгу.

 *эстафета "Плавание"*

(девочки двигаются способом - "брасс", мальчики способом -"кроль")

**Ведущий**:- Ребята, давайте посмотрим на карту. Дальше наш путь лежит через Уральские горы к городу Свердловску. Много препятствий на пути.

*Эстафета "Далеко- далече"*

(перешагнуть через 4 цветные полоски, проползти через туннель,

забраться на куб и помахать флажками)

**Ведущий**:- От Свердловска да Байконура мы полетим на самолёте.

*Игра "Самолёты"*

**Ведущий**:- Вот мы и прилетели на Байконур. Вы себя показали, что растёте быстрыми, ловкими и смелыми. Значит, многие из вас смогут стать космонавтами. Выставить ракету. А ведь каждому из вас хочется взглянуть на землю из иллюминатора ракеты. Проведём последнюю эстафету.

*Эстафета "ракета"*

 (добежать до ракеты, выглянуть в иллюминатор)

Жюри подводит итоги всех конкурсов. За каждый конкурс дети получали определённое количество звёздочек.

**Ведущий**:

Нынче наши дети, дети,

Посещают детский сад.

Ну, а завтра, кто ответит:

Кто из них не депутат?

Чтоб на сессии и в зале

Можно было выступать

Всё же мы должны в начале

Научить детей играть.

Делать утром физзарядку,

Прыгать, бегать, танцевать

Ну-ка начали играть:

В гуси- гуси, га-га-га,

В "Золотые ворота".

В прятки, в салки, в догонялки.

В "кошки- мышки" и считалки.

А пока играют дети

Маши, Вали, Коли, Пети,

Вовы, Саши и Наташи

Пусть их жизнь вся будет краше.

Мы же всё своё уменье,

И желанье и терпенье

Детям отдадим с любовью.

Пусть играют на здоровье.

Награждение команд. Выход из зала под торжественную музыку.