Комитет по вопросам образования Щелковского муниципального района

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад № 18 «Росинка» компенсирующего вида ЩМР МО

**ФИЗКУЛЬТУРНЫЙ ДОСУГ**

**для детей старшего дошкольного возраста**

**«Космонавтами мы будем»**



 Подготовила и провела инструктор по физкультуре

МАДОУ детский сад № 18 «Росинка»

компенсирующего вида ЩМР МО

Юдичева О.О.

Щелково, 2014 г.

**Задачи:**

**1.Образовательные:**

- ознакомление детей с праздником «Дня космонавтики»

- развитие воображения и творческой фантазии

- развитие координации движений

- развитие равновесия

- развитие ориентировки в пространстве по плану-схеме

**2. Оздоровительные:**

- укреплять мышцы спины и плечевого пояса

- учить метанию в цель

- развивать выносливость, силу, ловкость

**3. Воспитательные:**

- воспитывать желание придти друг к другу на помощь

- воспитывать интерес к разнообразной двигательной и музыкальной деятельности

- создавать условия для развития у детей положительного эмоционального состояния

- воспитывать доброту и отзывчивость.

**Оборудование:**

- мягкие пуфики, модули

- обручи

- гимнастические скамейки

- пластмассовые колечки

- пластмассовые рыбки и удочки

- воротики для подлезания

- пластмассовые мячи

- гимнастические круглые полочки

- большие надувные мячи

- пластмассовые ведерки

**Ход проведения:**

Дети в спортивной форме входят в физкультурный зал, становятся полукругом перед жюри, родителями, гостями.

**Ведущий.** Здравствуйте, дорогие ребята и уважаемые гости! Сегодня, мы не случайно собрались в спортивном зале. В нашей стране совсем скоро будет отмечаться большой праздник – Международный день авиации и космонавтики. Именно 12 апреля в 1961 году в космос полетел первый человек нашей планеты. Вы знаете, кто был первым в мире космонавтом?

**Дети.** Юрий Гагарин!

**Ведущий.** Теперь все дети знают, что в космос летают на космическом корабле, а корабль уносит в космос ракета. Многие знают и видели на экранах телевизоров, как готовятся к полету космонавты. Они постоянно занимаются физическими упражнениями. В космос могут летать только умные машины с сильными, смелыми людьми. Вы хотели бы побывать в космосе?

**Дети.** Да, хотели бы!

**Ведущий.** А для этого необходимо на земле хорошо потренироваться, как следует подготовиться к полету.

**1-й ребенок.**

 Мы пришли на космодром.

 Посмотрели мы кругом –

 Видим белую ракету

 Высотой с огромный дом.

**2-й ребенок.**

 Вышел из нее пилот.

 Посмотрел на звездолет

 И сказал: «Привет, ребята!

 Вот и смена нам растет!

**3-й ребенок.**

 Вы скорее подрастайте,

 Тренируйтесь, закаляйтесь.

 Космонавтов наш отряд

 Будет вас увидеть рад!»

**Ведущий.**

 Начинаем подготовку,

 Выходи на тренировку!

Дети становятся в рассыпную по всему залу лицом к ведущему. Взрослый показывает движения, которые дети повторяют вслед за ним.

**Музыкально – ритмическая композиция «Все вместе»**

(муз. Б.Савельева, сл. Л.Рубальской)

*(По окончания выполнения движений дети присаживаются на гимнастическую скамейку).*

**Ведущий.**

 Чтобы космонавтом стать

 И к далеким планетам летать,

 Нужно ловкими, сильными быть,

 С физкультурою очень дружить.

**Эстафета «Ловкие ребята»**

Две команды детей, по 8 человек в каждой, строятся за линиями старта, расположенными на расстоянии 3-4 м друг от друга.

 По команде ведущего: «Раз, два, три – беги!» - первые игроки обеих команд начинают выполнять следующее задание: добегают до обручей, выполняют прыжки через мягкие пуфики, добегают до воротиков, подлезают под ними любым способом, далее направляются бегом к ориентиру, обегают его и по прямой возвращаются в свою команду, передают эстафету касанием своей ладони о ладонь следующего игрока, становятся в конец колонны. Победителем считается команда, которая быстрее выполнит упражнение.

*( По окончании эстафеты дети присаживаются на гимнастические скамейки).*

**Ведущий.**

 Учатся летать орлята,

 В небе крылья расправляют.

 Подрастают и ребята

 И о космосе мечтают.

 Приглашаю поиграть,

 Как орлята полетать!

**Аттракцион «Орлята учатся летать»**

В середине зала на пол ставятся 2 мягких кубика на расстоянии 2-3 м друг от друга. Приглашаются 10 игроков, которые становятся за мягкие кубики в колонны по одному, по 5 человек в каждой колонне. Ведущий встает напротив команд на небольшом расстоянии от них. Под песню «Орлята учатся летать» (муз. А.Пахмутовой, сл. Н.Добровнравова) дети начинают выполнять движения, которые им показывает ведущий (поднимают руки вверх, разводят в стороны, вытягивают вперед и т.д.). Через 15-20 с по сигналу ведущего дети врассыпную разбегаются по залу, выполняя взмахи руками вверх-вниз. В это время взрослый меняет расположение кубиков. После остановки музыки дети должны найти свои кубики и построится за ними в колонны в первоначальном порядке. Побеждает команда, игроки которой быстрее выполнят задание.

*(После этого дети занимают свои места на скамейках).*

**4-й ребенок.**

 Космонавтами мы будем,

 Нами пусть гордятся люди!

 На ракетах серебристых

 Полетим мы в небе чистом!

**Эстафета «Готовимся к полету»**

 У линии старта 2 команды игроков по 8 человек. Напротив каждой команды на расстоянии 4 м 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 палке, 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).*

**Ведущий.**

 Отгадайте-ка ребятки,

 Поскорей мои загадки

 Про далекие планеты,

 Космос, звезды и ракеты.

 - Я даже уверен, что с этой

 Давно вы знакомы планетой:

 Озера, леса и поля.

 Конечно же, это…(Земля)

 - Выше леса, выше гор

 Расстилается ковер.

 Он всегда, всегда раскинут

 Над тобой и надо мной,

 То он серый, то он синий,

 То он ярко-голубой. (Небо)

 - 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 эту

 Межпланетную…(Ракету)

 - Ответ, дружок мой, крайне прост,

 Ищи его ты среди звезд.

 Бывает долькою она,

 Бывает полною…(Луна)

 - По ночному небу рассыпался

Горох – блестит и мерцает.

 Все видят его, а собрать не могут. (Звезды)

 - На небе происходит это –

 Огромный хвост, сиянье света!

 Да это, ясно же…(Комета)

**Ведущий.**

 Разноцветные мячи

 В звездном небе не ищи.

 Мы всем скажем по секрету:

 В небе не мячи – планеты!

**5-й ребенок.**

 Мы играем, мы играем,

 Мячи в планеты превращаем:

 Мяч – Юпитер, мяч – Луна.

 Начинается игра!

**Эстафета «Разноцветные планеты»**

 Дети становятся за линии старта в две команды, по 8 играющих в каждой. У каждого ребенка в руках по резиновому мячу. Напротив каждой команды друг за другом на расстоянии 70-80 см расставлены мягкие кубики.

На линии финиша, на расстоянии 6-8 м от линии старта, кладется по одному кружку для игры в серсо, на этот кружок кладется большой надувной мяч – это «Солнце». Вокруг «солнца» раскладываются по кругу по 8 кружков для игры в серсо – это «орбиты планет». По сигналу ведущего: «Раз-два, раз-два, начинается игра!» - первые игроки «змейкой» обегают кубики, подбегают к кружкам для игры в серсо, кладут мяч – «планету» на любой кружок («помещают на орбиту») и бегом по прямой возвращаются к линии старта, передают эстафету касанием руки о плечо второго игрока. Все следующие игроки выполняют те же действия. Побеждает команда, быстрее выполнившая задание.

*(После эстафеты дети присаживаются на гимнастические скамейки).*

**Ведущий.**

 Разрушаются планеты,

 Метеоры и кометы

 Превращаются в обломки,

 Пыль, мельчайшие осколки.

**6-й ребенок.**

Чтоб космический корабля

 Мог на землю приземлиться,

 Надо с вами нам, ребята,

 Хорошенько потрудиться!

**7-й ребенок.**

 В руки швабры и совки

 Мы сейчас возьмем,

 Мусор весь космический

 Быстро уберем!

**Аттракцион «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, на головах картузы, 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.

**Ведущий.**

 В космосе обязательно

 Нужно быть очень старательным.

 Нужно быть очень внимательным

 В космосе обязательно!

**Эстафета «Будь внимательным»**

 2 команды игроков по 8 человек строятся за линиями старта в колонны. В руках первых игроков находится по мягкому мячу. Напротив каждой команды на расстоянии 3-4 м кладется на пол 1-й малый обруч, в центр которого ставится кубик (h=7 см), далее на расстоянии 3-4 м кладется 2-й обруч, в центр которого кладется колючий 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 мягкий мяч, берут из него кубик, с кубиком бегут ко 2-му обручу. Около него игроки вновь останавливаются, кладут в него кубик, берут колючий резиновый мячик, возвращаются к 1-му обручу, кладут в него колючий резиновый мячик, берут мягкий мяч. По прямой 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.

**Ведущий.**

А в созвездии Рыбы

 Есть большие рыбы.

 Космонавты наши

 Их поймать могли бы.

 Космонавтам нашим

 На Земле поможем –

 Рыбок всех поймаем

 И в ведерки сложим!

**Аттракцион «Космическая рыбалка»**

 На середину зала на расстоянии 2 м друг от друга кладутся 2 обруча (d=1м) – это озера. К каждому из них подходят по 2 игрока от обеих команд.

Игроков произвольно выбирает ведущий. Игрокам дается в руки по удочке с магнитами. Внутри каждого обруча раскладывается по 8 пластмассовых рыбок с магнитами. Около обручей ставится по детскому ведерку. По сигналу ведущего: «Раз, два, три – рыбок лови!» - игроки начинают ловить удочками рыбок. Пойманных рыбок играющие складывают в ведерки. Побеждает пара игроков, которая быстрее поймает всех рыбок в своем озере.

 *(По окончании аттракциона команды строятся, как в начале праздника полукругом перед жюри, родителями, зрителями).*

**Ведущий.**

Молодцы, ребята,

 Очень все старались!

 Вы с большим успехом

 Спортом занимались!

 И я твердо верю:

 Если захотите,

 Все вы, без сомненья,

 В космос полетите!

*Жюри объявляет итоги соревнований. Детям вручаются небольшие подарки (открытки с портретами космонавтов, изображениями планет и т.д.). Под песню «Герои спорта» в исполнеии М.Магомаева (муз. А.Пахмутовой, сл. Добровнравова) дети проходят по залу круг почета и выходят из него под аплодисменты зрителей.*