

Спортивное развлечение ко Дню космонавтики в старшей и подготовительной группе.

Цель: приобщение детей к здоровому образу жизни посредством активизации двигательной деятельности.

Задачи:

1. формировать элементарные представления о космосе.
2. формировать навыки здорового образа жизни;
3. развивать физические качества личности: быстроту, ловкость, выносливость, подвижность;
4. доставлять детям радость посредством игровой деятельности тематического характера;
5. воспитывать патриотические чувства, любознательность.

Ход развлечения:

Инструктор по ФК (на экране презентация): Приветствуем всех на празднике Космоса. Все вы, ребята, знаете, что космос - это далекая мечта всех мальчишек. Раньше это мечта была недостижима, а сегодня космонавт - известная профессия. Прошло много веков, прежде чем человечество нашло способ преодолеть земное притяжение и подняться в космическое пространство. Ребята, вспомните сказки и легенды. На чем только не летали сказочные герои! (На летучих мышах и орлах, на коврах-самолетах и бородах волшебников, на Коньке-Горбунке и волшебных стрелах...). Еще несколько столетий назад никому и в голову не могло прийти, что самый удобный «транспорт» для перемещения — это ракета. Ребята, а вы знаете, кто был первым космонавтом? (Юрий Гагарин)

Инструктор по ФК: Солнечное утро 12 апреля 1961 года с космодрома «Байконур» стартовал первый в истории космический корабль с человеком на борту. А первым космонавтом Земли стал наш соотечественник Юрий Алексеевич Гагарин. За подвиг Гагарина наградили званием Героя Советского Союза.

Сегодня космические полеты стали для нас, жителей Земли, совершенно привычным делом.

Юрий Алексеевич Гагарин впервые поднялся в космос на корабле «Восток-1». Его позывной «Кедр» узнали все жители нашей планеты. Гагарин и пробыл в космосе 108 минут, совершив при этом лишь один виток вокруг Земли. С тех пор прошло полвека, но за это время в космосе побывали космонавты многих стран, как мужчины, так и женщины. И теперь каждый год наша страна отмечает этот день как День Космонавтики.

Инструктор по ФК: А хотите стать космонавтами? Ну, тогда я приглашаю вас в школу космонавтов, где сегодня проходят проверку на пригодность к полетам в космос. Вы готовы показать ваши спортивные достижения?

Инструктор по ФК: Вы знаете, что в космосе вас ждут разные испытания и

неожиданности. Предлагаю вам взять с собой быстроту, смелость, находчивость, смекалку и пожелать друг другу успехов.

Инструктор по ФК: Начнём мы с тренировки. Готовы ребята?

Разминка.

Инструктор по ФК: Молодцы, я вижу, что вы готовы к полетам в космос.

Надо срочно собрать команду для полетов в космос. Кто готов?

Тогда предлагаю построиться в две команды.

1 Эстафета «Построй ракету»

Дети выстраиваются в 2 колонны, у каждого ребенка по кубику, у последнего конус. Дети по очереди выстраивают ракету. Побеждает та команда, которая раньше выполнит задание.

Инструктор по ФК: Молодцы! Собрали ракеты.

Ждут нас быстрые ракеты

Для полётов на планеты.

На какую захотим,

На такую полетим!

А вы сможете зайти в ракету?

2 Эстафета «Полоса препятствий "Туннель"»

Перед каждой командой находится туннель, составленный из обручей, – это вход в космический корабль. Дети по очереди пролезают сквозь тоннель, оббегают ориентир – конус и возвращаются к своей команде, передают эстафету следующему участнику и становятся в конец колонны.

Инструктор по ФК: Ребята, а вы знаете, что Луна вращается вокруг Земли и является ее спутником? Если мы с вами вдруг окажемся на Луне, то станем весить гораздо меньше, чем на Земле. Такова особенность Луны – все предметы, которые на ней находятся, весят гораздо меньше, чем на Земле. Поэтому на Луне прыгать гораздо проще.

3 Эстафета «Прогулка по Луне»

По сигналу на мячах «Фитбол» прыгать до ориентации, обогнуть ориентир, вернуться. Эстафета передаётся передачей мяча «Фитбол». Выигрывает команда, которая быстрее справится с заданием.

Инструктор по ФК: Ребята, на космическом корабле все предметы находятся в состоянии невесомости. На земле все предметы обладают весом, они притягиваются. В космосе этого нет. Внутри космического корабля все предметы закреплены на специальных держателях, чтобы они не летали. Даже самые тяжелые предметы становятся легкими как воздушный шарик. И мы сейчас постараемся с вами справиться с невесомостью.

6 Эстафета «Невесомость».

Нужно пронести воздушный шар на теннисной ракетке до ориентира, обойти его, вернуться в команду и передать ракетку с воздушным шаром следующему участнику.

7 Эстафета «Солнце»

У каждого участника команды желтая ленточка (лучик солнца). По команде «Марш!» капитаны команд подбегают к колечку, лежащему на полу, прикладывают к кольцу ленточку-лучик и бегут обратно. Передают эстафету касанием руки следующему и встают в конец команды. Задание считается выполненным, когда последний участник пересечет линию старт-финиш. Таким образом, каждая команда выкладывает свое маленькое «солнышко».

8 Эстафета «Сбей метеорит»

Нельзя допустить, чтобы метеорит попал на планету, надо изменить траекторию его движения.

Для каждой команды приготовлен большой мяч – планета, и рядом, слева и справа разложены кегли – метеориты. Задача, которая стоит перед участниками, - попасть набивным мешочком в метеорит.

Инструктор по ФК: Как известно, перед тем как отправиться в космос человек долго тренируется и особенно важно, чтобы у него был хорошо развит вестибулярный аппарат, была крепкая выдержка, и обладал выносливостью.

9 Эстафета «Сохрани равновесие»

Ходьба с мешочком на голове, между стойками «змейкой» руки в стороны. Обратно бегом. Передали мешочек следующему участнику.

Инструктор по ФК: Вот и закончилось наше космическое путешествие, нам пора возвращаться домой, на самую лучшую из всех планет, планету Земля.