******

Департамент образования Администрации города Тюмени

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

детский сад № 186 города Тюмени

(МАДОУ д/с № 186 города Тюмени)

Физкультурное развлечение

для подготовительных групп

«КОСМОДРОМ ЗДОРОВЬЯ»

Составила:

инструктор по физической культуре

Койносова Ольга Владимировна

Тюмень, 2023

***Тема:*** «Космодром здоровья»

***Место проведения:*** спортивный зал

***Продолжительность:*** 30 минут

***Возрастная группа:*** дети старших и подготовительных групп

***Цель:***Развитие представлений о космосе, его структуре, жизни и работе космонавтов.

***Задачи:***

Оздоровительные:

* формировать навыки здорового образа жизни.

Образовательные:

* расширить и закрепить знания детей о Космосе;
* развивать физические качества, быстроту реакции, сообразительность в эстафетах с разным видом деятельности.

Воспитательные:

* воспитывать активность, инициативу, навыки сотрудничества;
* учить побеждать и проигрывать;
* создавать положительный эмоциональный фон, атмосферу доброжелательности.

***Предварительная работа:***

* Оформление зала: фото Ю.А. Гагарина; иллюстрации с изображением солнечной системы, космического корабля, орбитальной станции.
* Разучивание детьми стихов по теме

***Спортивный инвентарь и оборудование:***

* фонограмма песни «Заправлены планшеты» (сл. В.Войнович, муз.О. Фельцман);
* набивные мешочки – по количеству детей
* обруч – 2 шт.;
* мягкие модули;
* обручи на стойках – 2 шт.;
* мячи цветные;
* корзина – 2 шт.;
* колпачок.

**Ход праздника:**

*Зал украшен в соответствии с тематикой праздника.   
Звучит песня «Заправлены планшеты» (сл. В.Войнович, муз.О. Фельцман), дети заходят в зал и встают на полукруг.*

**Ведущий:**  Добрый вечер уважаемые родители, здравствуйте,ребята! Вы, наверное, уже знаете, что каждый год 12 апреля наша страна и весь мир отмечает День космонавтики. А хотите знать, почему именно 12 апреля, а не в какой-нибудь другой день? И сейчас на этот вопрос нам ответит ….*(имя)*

**Ребенок:**День сегодня непростой,

Это в мире знает каждый.

Впервые в космос полетел

Человек с Земли отважный.

**Ведущий:** 12 апреля 1961 года – первый полёт человека в космос.

А знаете ли вы, кто был первым человеком, побывавшим в космосе?

*Ответы детей.*

**Ведущий:** А еще нам об этом может рассказать ... *(имя ребенка)*

**Ребенок:** Спросил я у папы однажды:  
 «А кто такой Юрий Гагарин?  
 Наверное, он очень важный,  
 А я про него мало знаю...»  
 И папа тогда мне ответил:  
 «Я рад, что об этом меня ты спросил,  
 Он летчик отважный и смелый,  
 Прославил страну на весь мир.  
 Гагарин был первым на свете,  
 Кто в космос однажды полет совершил.  
 Мальчишкам на нашей планете  
 Мечту космонавтами стать подарил».  
 Теперь я горжусь тем, что знаю,  
 Кем же был Юрий Гагарин.  
 Спросите меня, отвечу вам гордо:  
 Он - космонавт, первым вышедший к звездам!

**Ведущий:** Да! Первым в мире человеком, совершившим полет в космос, был Юрий Алексеевич Гагарин. Он на космическом корабле «Восток» облетел вокруг земного шара. И c 12 апреля 1961 года мы отмечаем каждый год День космонавтики.

**Ведущий:** А вы, ребята, хотели бы стать космонавтами?  
Как вы думаете, каким должен быть космонавт?

*Ответы детей* (здоровым, сильным, образованным, умным, трудолюбивым,

смелым, мужественным, упорным, выносливым).

*Дети читают стихи*  
1**ребенок:** Рано утром я проснусь,

На зарядку становлюсь –

Приседаю и скачу,

Космонавтом стать хочу!

**2 ребенок:** Космонавтом чтобы стать,

Надо многое узнать:

Быть проворным и умелым,

Очень ловким, очень смелым.

**3 ребенок:** Чтоб ракетой управлять  
 Нужно смелым, сильным стать   
 Слабых в космос не берут  
 Ведь полет - нелегкий труд!

**Ведущий:** 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.

**Ведущий:** Я предлагаю вам сейчас стать космонавтами и отправиться в необычное космическое путешествие к планетам? Ну, тогда вам нужно пройти школу космонавтов. Вы готовы?

**Дети:** Да!

**Ведущий:** На планетах вас ждут разные испытания и неожиданности. Предлагаю вам взять с собой быстроту, смелость, находчивость, смекалку и пожелать друг другу успехов.

*Построить детей на 2 команды (мальчики и девочки)*

На нашем космодроме сегодня 2 экипажа - «Ракета» и «Спутник».

Команды для приветствия приготовились!

**Капитан команды «Ракета».**

Мы быстрее всех на свете!

Нашу команду зовут Ракета!

**Команда «Спутник».**

Мы ребята команды «Спутник»,

Готовы противника сразить и сегодня победить!

**Ведущий:**Сразу на космодром девчонкам, да и мальчишкам конечно рановато. И поэтому сейчас мы сначала отправимся в центр подготовки космонавтов.

И проверим в упражнении

Ваши навыки умения.

Дружно в ногу мы идем

Прямиком на космодром,

Мы походим на носках,

А потом на пятках.

Вот проверили осанку

И свели лопатки.

А теперь бегом-бегом –

Чтоб набрать большой разгон

И взлететь на небеса,

Чтоб увидеть чудеса…

**Ведущий:** Команды немного размялись, пришла пора отправляться в полет!

Следит за полётом на Земле центр управления полётами (наше жюри). Предлагаю центр управления полётами возглавить Юлию Александровну.

За каждое правильно выполненное задание экипаж получает звезду.

В конце соревнований подводятся итоги – на чьей стойке больше звезд, та команда и выиграла.

**Ведущий:** Прежде, чем отправиться в полёт,

Предлагаю командам назвать планеты.

**1. задание: «ПЛАНЕТЫ СОЛНЕЧНОЙ СИСТЕМЫ»**

*(каждая команда по очереди называет планету)*

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 карликовая

Под названием Плутон.

Слово жюри

**Ведущий:**А давайте- ка сейчас

С вами полетим на Марс.

Но чтобы нам полёт устроит,

Надо ракету построить.

**2. эстафета: «ПОСТРОЙ РАКЕТУ»**

Дети выстраиваются в 2 колонны, у каждого в руках по кубику, у последнего ребёнка конус. По сигналу ведущего первые игроки бегут к установленному месту и ставят кубик, бегом возвращаются обратно и т.д. Пока не построят из кубиков ракету.

**Ведущий:** Молодцы! Собрали ракеты. Готовы к полёту?

**Дети:** Да!

**Ведущий:** А чтобы отправиться в полет, космонавты тренируются в учебном центре запускать ракету. Вот и мы с вами для начала проведём учения.

**3. эстафета: «ЗАПУСТИ РАКЕТУ»**

Нужно запустить ракету так, чтобы она приземлилась в заданном квадрате*(метание набивного мешочка в обруч).*

**Ведущий:**Экипажам приготовиться к полёту. Прошу пройти к своим ракетам и занять места. Руки – это наши ремни безопасности. Ждут нас быстрые ракеты для прогулок по планетам. На какую захотим, на такую полетим! Экипажи готовы? Пристегнуть ремни безопасности. Земля разрешите взлёт?

**Центр управления полётами:** Взлёт разрешаю.

**Ведущий:** начинаем отсчёт.3,2,1, пуск…

*После счета дети по одному бегутв обруче до стойки оббегают вокруг её и возвращаются обратно. Чья команда быстрее вернется и построится.*

**Ведущий:**Внимание, внимание!

Звучит сигнал тревоги: скорее на подмогу.

В метеоритном поле мы,

И наши ракеты могут повредить они!

Вам будет необходимо собрать метеориты в ловушки.

**4. эстафета: «МЕТЕОРИТНЫЙ ПОТОК»**

*По сигналу ведущего первые участники команд бегут с совком и метлой собирают мяч на совок и складывают в корзины, которые стоят около команд. Одна команда собирает мячи зеленого цвета, другая - красного. Чья команда быстрее соберетмячи – «метеориты», та и выиграла.*

**Ведущий:**Молодцы, ребята, метеоритный дождь нам теперь не страшен.

Как космос велик и прекрасен,

Как много загадок таит…

Но только умеющий думать

Любые загадки решит.

-Мы приземлились на луну. Здесь мы должны с вами отгадать загадки.

**5.Конкурс «КОСМИЧЕСКИЕ ЗАГАДКИ»:**

1.Он космос покоряет,

Ракетой управляет,

Отважный, смелый астронавт

Зовется просто …*(космонавт)*

2. Осколок от планеты

Средь звезд несется где-то.

Он много лет летит-летит,

Космический… *(Метеорит)*

3. С земли взлетает в облака,

Как серебристая стрела,

Летит к другим планетам

Стремительно…(*Ракета)*

4. Освещает ночью путь,

Звездам не дает заснуть.

Пусть все спят, ей не до сна,

В небе светит нам*… (Луна)*

5. Планета голубая,

Любимая, родная.

Она твоя, она моя,

А называется… *(Земля)*

6. Он вокруг Земли плывёт

И сигналы подаёт

Этот вечный путник

Под названием*….(Спутник)*

7. Что за чудная машина

Смело по Луне идёт?

Вы её узнали дети?

Ну конечно, ….. *(Луноход)*

8. Когда ты в космосе, мой друг,

Творятся чудеса вокруг.

Паришь ты - вот так новость,

Ведь это …. *(невесомость)*

9. Самая большая и горячая звезда во вселенной? *(Солнце)*

10. Естественный спутник земли? *(Луна)*

11. Как называется, летательный аппарат, в котором летят в космос? *(Космический корабль)*

12. Как назывался космический корабль, на котором Гагарин совершил свой первый полет? *(«Восток»)*

**Ведущий:** Вы, знаете, что в открытом космосе нет притяжения Земли, все как бы плавает в воздухе, как в воде. Это называется… (невесомостью). Космонавтам необходимо уметь ловить предметы, вылетающие из рук.

**6. эстафета: «НЕВЕСОМОСТЬ».**

*По сигналу дети в паре с родителем начинают бег с воздушным шаром, подбрасывая и ловя его, огибают ограничитель, возвращаются бегом и передают шарик следующему участнику, встают в конец команды. Задание считается выполненным, когда последний участник пересечет линию старт-финиш.*

**Ведущий:**Летим на вторую от Солнца планету – Венеру. *(Звучит музыкальное сопровождение).* Пристегнуть ремни безопасности. Венера - самая горячая планета, окруженная плотной атмосферой, богатой углекислым газом. Идем на посадку. Отстегнуть ремни. Передвигаемся по планете прыжками, так как планета очень горячая. Помогут нам – «Венероболы».

**5. эстафета: «ПРОГУЛКА НА ВЕНЕРОБОЛАХ»**

*(прыжки на мячах – фитболах до ракеты и обратно)*

**Ведущий:**Внимание. Внимание! Продолжаем наше путешествие, просьба занять свои места в ракете…

Начинаем отсчёт 3,2,1 , пуск…

Ой, ребята «Чёрная дыра»…

«Чёрная дыра»… Что это такое?

Всем нам непонятное, страшное и злое..

Дыра всегда стремится корабль поглотить

И страшным притяжением, как сетью, захватить.

**Игра «Чёрная дыра»**

*Дети под музыку выполняют подскоки, а ведущий в это время кого-нибудь из детей накрывает колпаком. Дети должны остановиться и угадать кого накрыли).*

**Ведущий:**Вот и подходит к концу наше космическое путешествие. Мы много повидали на своём пути, проявили сноровку и ловкость, но пора возвращаться домой. Экипажи, займите свои места, пристегните ремни безопасности.

*Земля, Земля мы готовы к посадке.*

**Центр управления полётами:** Экипажи «Ракета» и «Спутник», посадку разрешаю, всё готово к вашему приёму.

**Ведущий:**Приготовились к приземлению…. Приземлились, отстегнуть

Позвольте, как одному из руководителей полёта поздравить вас за силу, ловкость, смекалку, проявленную в полёте. Из вас получились замечательные космонавты.

*Звучит песня «Неразлучные друзья».*