

**Физкультурный досуг,  
посвященный Дню космонавтики  
«Мы немножко помечтаем и немножко полетаем»  
(в подготовительной группе)**



**Цель:** Развитие выносливости средствами физических упражнений смешанного характера.

**Задачи по основным направлениям:**

*Оздоровительная:*

- укрепление мышц ОДА.

*Образовательные:*

- расширение и закрепление знаний детей о космосе;

- закрепление двигательных умений в

эстафетах с разным видом деятельности.

*Воспитательные:*

- воспитывать чувства патриотизма и любви к нашей планете Земля;

- воспитывать стремление к двигательной активности, внимание при действиях на сигнал педагога.

### Содержание работы

**Ведущий:** 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? Дело в том, что именно 12 апреля 1961 года наш космонавт совершил первый в мире космический полет. А знаете ли вы, кто был первым человеком, побывавшим в космосе?

Он летчик отважный и смелый,  
Прославил страну на весь мир.  
Гагарин был первым на свете,  
Кто в космос однажды полет совершил.



Первым в мире человеком, совершившим полет в космос, был Юрий Алексеевич Гагарин. Он на космическом корабле «Восток» облетел вокруг земного шара. И с 12 апреля 1961 года мы отмечаем каждый год День космонавтики. А сейчас давайте представим себе, что мы – юные космонавты. А что же нужно, чтобы стать космонавтом?

**Ведущий:** Ребята, а вы хотели бы стать космонавтами и побывать на неизвестных планетах, совершить космическое путешествие?

Как вы думаете, каким должен быть космонавт? (здоровым, сильным, образованным, умным, трудолюбивым, смелым, мужественным, упорным, выносливым).

Космонавты, готовясь к полету, проходят сложные испытания, тренируют свой организм, чтобы преодолеть космические перегрузки. Вот и мы с вами продолжим испытания на прочность.

Космонавты, равняйся, смирно. В обход налево шагом марш.

### **Проводится «Космическая разминка».**

Мы идём на космодром  
Дружно в ногу мы идем.  
Не зевай по сторонам  
Ты сегодня астронавт.  
По команде «остановка»,  
Начинаем тренировку.

*(дети под музыку группы «Spraise» выполняют команды педагога)*

**Ведущий:** Разделимся на две команды.

### **Игра «Быстрые ракеты».**

Ждут нас быстрые ракеты,  
Для полёта на планеты.  
На какую захотим  
На такую полетим.  
Но в игре один секрет.  
Опоздавшим места нет!

*(дети занимают места на стульчиках)*

Вот одна команда, назовем её «Ракета», а другая команда – «Спутник».

**Ведущий:** Экипажам подготовиться к полету. Руки – это наши ремни безопасности. Экипажи готовы? Пристегнуть ремни безопасности.

Скомандует диктор: «Внимание – взлет!»  
И наша ракета помчится вперед.  
Прощально мигнут и растают вдали  
Огни золотые любимой земли.

*(производится обратный отсчет, музыка «Spraise»)*

### **Первая остановка на Луне.**

*(показать иллюстрацию, размещенную на стене).*

1. Что такое Луна? (Спутник Земли)
2. Луна больше или меньше Земли, а Солнца? (в 4 раза меньше Земли)
3. Почему Луна кажется больше звезд? (Близко к Земле)
4. Первыми в 1969 г. достигли Луны американские астронавты. Давайте и мы «прилунимся» и немножко поиграем на Луне. Луна имеет неровную поверхность, передвигаться по ней сложно, помогут нам луноходы. Командам занять стартовые места.

### **1. Эстафета «Пройдись на луноходах».**

*(луноход – шагать по листочкам)*

**Ведущий:** Возвращаемся на ракету. Предлагаю совершить космическое путешествие на планеты, расположенные ближе к Земле.

Первый Меркурий: он первый от солнца, с него и начнем.  
Нет атмосферы и жизни на нем.  
Громадное солнце палит без помех,  
Явились бы люди – сожгло бы их всех!

У этой планеты нет спутников. Днем на планете бывает жарко, а ночью может идти ледяной дождь. Вчера на Меркурий упало много метеоритов, давайте уберем их, чтобы было легче исследовать планету.

## **2. Эстафета «Убрать космический мусор».**

*(каждая команда собирает рассыпанные по залу разноцветные шары в свою корзину)*

**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.

В покров из атмосферы закутанная дама.  
Красавица Венера капризна и упряма.  
Под теплым покрывалом не как не полениться  
Красотка еле-еле вокруг оси вертится.  
Полгода длится день ее, а ночи не короче,  
А Солнце с запада встает – упрямица так хочет.  
И среди прочих шуток там год – короче суток!

На Венере очень жарко, температура достигает 400 градусов, постоянно извергаются вулканы. Идем на посадку. Отстегнуть ремни. Передвигаемся по планете прыжками, так как планета очень горячая.

## **3. Эстафета «Прыжки на двух ногах».**

**Ведущий:** Наша планета – третья от Солнца.  
И только милая земля во всем пригодна для жилья.  
Так и летим на шарике без крыльев и руля,  
На нашем теплом шарике по имени Земля.

## **4. Эстафета «Донеси шар».**

*(на ракетке лежит маленький мячик)*

**Ведущий:** Продолжаем путешествие. Летим на планету Марс.  
*(звучит музыкальное сопровождение)*

В ночном небе планета кажется красной, потому что она покрыта красным песком, а песка так много, что от него пересохли все реки.

Пустыня красного песка, колючий вихрь издалека ...  
Мы убеждаемся с тоской, что нет там жизни никакой.

## 5. Эстафета «Бег правым и левым боком».

**Ведущий.** Продолжаем путешествие. Занимаем ракеты.  
(звучит музыкальное сопровождение)

Летим на планету Юпитер. У Юпитера 16 спутников. На одном из них Ио непрерывно извергаются вулканы, фонтаны газа из них бьют на высоту 300 км.

## 6. Эстафета с мячом «Пингвины»

(держа мяч между ногами, зажав его коленками)

**Ведущий:** Наше путешествие продолжается.

У каждой планеты есть что-то свое,  
Что ярче всего отличает ее.  
Сатурн непременно узнаешь в лицо  
Его окружает большое кольцо.  
Оно не сплошное, из разных полос.  
Ученые вот как решили вопрос:  
Когда то давно там замерзла вода  
И кольца Сатурна из снега и льда.

## 7. Эстафета «Соберем кольца».

(бег с обручами, нужно поочередно собрать все кольца)

**Ведущий:** Следующая планета – Уран.

Уран – голубая планета, метановой дымкой одета.

Некоторые ученые считают, что когда-то давно возле Урана прошло очень большое космическое тело и повалило планету на бок. У Урана открыты 15 спутников и система колец.

## 8. Эстафета «Пролезь через обруч».

**Ведущий:** Пристегиваем ремни и подлетаем к планете Нептун.

Есть спутник Нептуна с названием Тритон  
(Навстречу планете вращается он),  
Весь плотно в прозрачные льдины одет.  
Сквозь лед в глубину пробирается свет.  
И вдруг иногда из-под этого льда  
Гигантские гейзеры бьют как вода!  
Ну просто волшебное чудо!  
Жаль только, не видно отсюда.

## 9. Эстафета «Бег с вращением вправо и влево».

**Ведущий:** И последняя планета, которую мы посетим – Плутон.

Плутон невелик, он поменьше Луны.  
И так далеко он, что нам не видны

Почти никакие детали. Ученые все же узнали,  
Что тело планеты – и камень и лед,  
А Солнышко еле туда достает.

А теперь проверим, умеете ли вы отгадывать загадки, но не простые, а космические!

- Поле не меряно, овцы не считаны, пастух рогат. *(небо, звезды, месяц)*
- Над бабушкиной избушкой висит хлеба краюшка, собаки лают, а достать не могут. *(месяц)*
- Синенькая шубенка весь мир покрыла. *(небо)*
- Что выше леса и без огня горит? *(Солнце)*
- Не месяц, не Луна, не планета, не звезда. По небу летает, самолеты обгоняет. *(спутник)*
- Самая большая и горячая звезда во вселенной? *(Солнце)*
- Естественный спутник земли? *(Луна)*
- Человек, который летает в космос? *(Космонавт)*
- Как называется, летательный аппарат, в котором летят в космос? *(космический корабль)*
- Кто был первым космонавтом, полетевшим в космос? *(Юрий Гагарин)*
- Как назывался космический корабль, на котором Гагарин совершил свой первый полет? *(«Восток»)*
- Какой праздник наша страна празднует каждый год 12 апреля? *(День космонавтики)*

**Ведущий:** Ребята, нам пора возвращаться домой, на нашу планету Земля. Звездная карта нам поможет. Всем занять места в ракетах. 5, 4, 3, 2, 1 – пуск! Полетели!

*(звучит музыкальное сопровождение)*

Мы удачно приземлились на нашу родную планету, на самую лучшую из всех планет, планету – Земля.

Вот и закончилось космическое путешествие. Мы с вами вернулись в наш любимый детский сад. Из вас получились замечательные космонавты!