

Сценарий физкультурного досуга «Космос»

для детей старшего дошкольного возраста.

Подготовил: инструктор по физической культуре

МАДОУ «ДС № 449 «Олимпиец» г. Челябинска» Ворухайло О.Ю.

Цель: пропаганда здорового образа жизни, физической культуры и спорта.

Задачи:

- формировать представления о космической Галактике;
- содействовать развитию творческой двигательной деятельности, образно – игровых представлений;
- развивать физические качества: ловкость, быстроту, силу, общую выносливость;
- формировать навык ориентировки в пространстве быстрой сменой положения тела и направления, неожиданными остановками, навыками выразительности и пластичности.

Оборудование: обручи диаметром 90 см 2 шт., диаметром 60 см – 6 шт., барьеры высотой 50 см, - 2 шт., поворотные фишки 2 шт., 2 мяча, кегли 2 шт., мигающие очки с антеннами для «Пришельца», аудиозапись космической музыки, музыка для танца «Я – ракета», для эстафет.

Предварительная работа: в группе с детьми проводится беседа о космической Галактике, о космонавтах побывавших в космосе. Спортивный зал украшается по теме.

Ход досуга.

Дети под космическую музыку группы «Спейс» заходят в зал, встают по периметру.

Педагог: 12 апреля исполняется 60 лет, как первый человек с планеты Земля полетел в космос.

Вы, ребята, конечно знаете имя этого космонавта (дети отвечают: Ю.А.Гагарин.).

Кто знает название космического корабля, на котором Ю.А. Гагарин впервые полетел в космос? («Восток -1»).

Сколько оборотов вокруг Земли совершил космический корабль Юрия Гагарина?

Названия каких космических кораблей вы ещё знаете? («Буран», «Восход», «Заря», «Прогресс», «Союз»).

Педагог предлагает отправиться в космическое путешествие. Звучит космическая музыка.

1. Подвижная игра «Космическая команда».

Дети встают в круг. По периметру площадки находятся 2 – 3 больших обруча. На сигнал «Гуляем» дети ходят, выполняют танцевальные движения под музыку. На сигнал «В

космический корабль!», собираются в обруч. Таким образом, участники разделились на 2- 3 команды для проведения эстафет. Каждая команда, придумывает своё название.

2. Танец « **Я - ракета**» дети выполняют танцевальные движения, изображая старт космического корабля (по показу педагога).

Команды встают в колонны по одному.

3. Эстафета «**Подготовка к полёту**»

По сигналу, первый участник бежит до барьера, пролезает по барьером, добегают до фишки, огибает её, бежит обратно, передаёт эстафету следующему касанием по ладони.

4. Эстафета « **Экипаж друзей**»

Бег в обруче парой. Первый участник находится в обруче, второй за обручем. По сигналу , участники бегут до поворотной фишки, при повороте игроки меняются местами (первый выходит из обруча, второй встаёт в обруч), бегут таким же способом обратно, Обруч передают следующей паре.

5. Эстафета «**Лунный камень**»

У первого участника в рука мяч. По сигналу, первый участник бежит до поворотной фишки, огибает её, бежит обратно. Мяч передать следующему участнику.

6. Подвижная игра: «**Пришелец**»

Под музыку все двигаются «по планете» высоко поднимая ноги из-за отсутствия притяжения, изображая невесомость. На сигнал ведущего: «Пришелец идёт!» - неожиданно появляется пришелец в мигающих очках, он делает характерные движения, все разбегаются, пришелец догоняет, поймав 2-3 игроков, выбирают другого пришельца.

7. Эстафета «**Астероиды и метеориты**»

В руках у первых капитанов кегля – астероид, на расстоянии 10м. от команды, в обруче находится мяч – метеорит. По сигналу, добежав до обруча нужно поменять предмет.

8. Эстафета «**Кольца Сатурна**»

На дистанции 3 обруча, каждый участник продевает обруч через себя, оставляя его на том же месте, оббегает фишку, обратно возвращается таким же способом.

9. Эстафета «**Поймай звезду**»

Капитан встаёт в обруч, напротив своей команды на расстоянии 10м. От капитана на расстоянии 2 м находится обруч. По сигналу, игрок с мячом в руках бежит в обруч, выполняет бросок мяча капитану, капитан ловит мяч и бросает его обратно игроку. Игрок ловит мяч и бежит к команде, передаёт мяч следующему.

10. Игра малой подвижности «**Летает - не летает**».

Если предмет летает, дети поднимают руки вверх, если не летает, руки не поднимать.

Педагог путает детей.

Подведение итогов, награждение участников.