

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 192**

Инструктор по ФК Золотарева И.А.

Спортивное развлечение «Космические эстафеты»

Ход:

- В далеком 1961 году в **Космос** полетел первый человек. Назовите его имя.

(Юрий Алексеевич Гагарин).

- С тех пор наша страна каждый год празднует этот день. Как он называется?

(День космонавтики и авиации).

- И сегодня наше мероприятие посвящено этому дню.

- Я думаю, что многие хотят быть **космонавтами и полететь в космос.**

Школу юных космонавтов

Собираются открыть.

Вы хотели бы, ребята,

В эту школу потупить? Да!

А придет пора лететь

Вы не будете реветь? Нет!

- А как вы думаете какими качествами должен обладать **космонавт.**

- Правильно, **космонавты** должны быть сильными, крепкими, умелыми, выносливыми и дружными. Помогать и поддерживать друг друга. И конечно **космонавтам** никак не обойтись без спорта. И сегодня мы проведем **космические эстафеты.** Но сначала отправимся на **космодром.** А что такое **космодром.**

(Место откуда запускают ракеты).

- И нам поможет воображение наших ребят. Ребята, закройте глаза ладонями и вместе со мной произнесите звук «тр-р-р-р». Громче! Слышите, это мы с вами оказались на **космодроме и услышали,** как в **космос** запустили еще одну ракету. Прошу глаза открыть.

Проводится **физкультминутка «Космодром».** Ведущая читают стихотворный текст и одновременно показывают, какие действия надо выполнять под него.

Физкультминутка «Космодром»

Все готово для полета, Дети поднимают руки сначала вперед, затем вверх.

Ждут ракеты всех ребят. Соединяют пальцы над головой, изображая ракету.

Мало времени для взлета, Маршируют на месте.

Космонавты встали в ряд. Встали прыжком -т ноги врозь, руки на поясе.

Поклонились вправо, влево, Делают наклоны в стороны.

Отдадим земной поклон. Делают наклоны вперед.
Вот ракета полетела. Делают прыжки на двух ногах
Опустел наш космодром. Приседают на корточки,
затем поднимаются.

Раз-два, стоит ракета, Дети поднимают руки вверх.

Три-четыре — скоро взлет. Разводят руки в стороны.

Чтобы долететь до солнца, Описывают руками большой круг.

Космонавтам нужен год. Берутся руками за щеки и качают головой.

Но дорогой нам не страшно, Руки в стороны, корпус качают
вправо-влево.

Каждый ведь из нас - атлет. Сгибают руки в локтях, сжав кулаки.

Пролетая над Землею, Снова разводят руки в стороны.

Ей передадим привет. Поднимают руки вверх и машут.

Эстафеты и игры.

1.РАЗМИНКА: игру-аттракцион *«Космическая команда»*

- А теперь - спортивные состязания.

Посмотрим на сколько ваши команды сплоченные. Вот сейчас игроки каждой команды должны образовать круг, взявшись за руки, вы в космолете.

Как только поступит команда *«Прогулка по Луне»*, вы все должны опустить руки и просто прогуливаться по нашему залу. А так как вы в скафандрах, двигаемся, как роботы. Но когда прозвучит команда *«В ракету!»*, обе команды должны вновь собрать круг из своих игроков, взявшись за руки. А мы посмотрим, у какой команды это быстрее получится.

2. **Эстафета *«Космическая ракета»*.**

Вот так радуга на небе.

Шелковый узор!

Ну и радуга на небе,

Как цветной ковер!

А над радугой ракета

Взмыла к небесам

Вот такую же ракету

Я построю сам!

Построим ракету – у каждой команды схема и набор строительного материала (мягкие строительные модули) для постройки ракет. Дети по очереди бегут к финишу и выстраивают ракету, так чтобы модули стояли устойчиво. Если ракета упала, игрок который ее уронил, должен ее восстановить и только после этого передать эстафету.

3. **Эстафета *«Посадка в ракету»***

Ракета построена.

Мы ракету запускаем,

Пять минут осталось нам.

Мы скафандры надеваем,

Экипажи по местам!

Команды проходят полосу препятствий:

через дугу в туннель, добегают до «ракеты» на финише, машут сигнальным флажком, строятся за ракетой.

По этой команде флажком следующий проходит полосу препятствий и на финише строится за первым участником команды (командиром) и так пока вся команда не построится на финише. Побеждает команда первая построившаяся по порядку.

4. Эстафета «Прогулка по Луне на марсоходе»

Участник опирается руками сзади на ладони, спереди на ступни, колени согнуты, таз не задевает пол. В этом положении участник ползет до ориентира (ракеты, обратно бежит, обежав фишку, и передает эстафету.

5. Игра «Возвращение на Землю»

По залу раскладываются связанные в кольцо две бельевые резинки – ракеты. Каждая ракета предназначена для всех космонавтов одной команды.

Дети обеих команд стоят в кругу, в центре лежит резинка Проговаривая текст, идут по площадке и выполняют тренировочные упражнения, готовясь к полёту:

Ждут нас быстрые ракеты.

Для полёта на планеты.

На какую захотим;

На такую полетим!

Но в игре один секрет:

Опоздавшим места - нет!

С окончанием слов космонавты занимают ракеты (резинку) плотно прижимаются друг к другу спинами. Чья команда быстрее заняла резинку, та ми выиграла.

Дорогие ребята!

Вы успешно прошли все испытания для новых **космонавтов!** Показали свою ловкость, смелость, быстроту, собранность, организованность.