**Сценарий досуга**

**«Космическое путешествие»**

**для детей старшей разновозрастной группы.**

**Цель:**
сохранение и укрепление здоровья детей, формирование навыков ЗОЖ.

**Задачи:
Образовательная:**Закреплять у детей двигательные навыки, совместной двигательной деятельности.

**Развивающая:**Развивать внимание, реакцию, сноровку, ловкость, координацию движений, пространственное мышление.

**Воспитательная:**Воспитывать у детей дружеские взаимоотношения и чувство коллективизма. Создать радостную атмосферу, вызвать положительные эмоции от активного участия в играх, эстафетах.

**Пособия и оборудование:**
оформление для зала, обручи, разноцветные звездочки из бумаги, мешочки с песком, корзины, шары.

 **Ход досуга:**

Дети под музыку заходят в зал и строятся в шеренгу.

**Воспитатель:** Здравствуйте, дорогие ребята! Сегодня наш спортивный досуг посвящён важному празднику: Дню Космонавтики. А вы хотели бы стать космонавтами и полететь на космической ракете? Хотите стать космическими путешественниками?

**Дети:** Хотим!

**Воспитатель:**Тогда я проверю ваши знания - без них в путешествие нельзя! Что такое космос?

**Дети:** Это огромное пространство. Это звезды, планеты, кометы, метеориты.

**Воспитатель:** Как называется планета, на которой живем мы?

**Дети:** Земля.

**Воспитатель:** Ее называют «голубой планетой», потому-то на Земле много воды. А как называется спутник Земли?

**Дети:** Луна.

**Воспитатель:**Солнце - это планета или звезда?

**Дети:** Звезда.

**Воспитатель:** Сейчас мы отправляемся в космическое путешествие, мы узнаем кто из вас самый ловкий, смелый, сильный. Нас ждут разные испытания и неожиданности. Предлагаю взять с собой быстроту, смекалку.

Далёкие звёзды в небе горят

Зовут они в гости умных ребят

Собраться в дорогу недолго для нас

И вот мы к полёту готовы сейчас!

 Чтобы полететь в космос, какая необходима одежда?

**Дети:** Скафандр, перчатки, спец. обувь.

**Воспитатель:**Кто был первым космонавтом?

**Дети:** Юрий Гагарин

**Воспитатель:** Кто ещё летал в космос кроме человека?

**Дети:** Собаки: Белка и Стрелка

**Воспитатель:**Как вы думаете, какими качествами должен обладать космонавт?

**Дети:** Чтобы стать космонавтом, нужно быть ловким, смелым, сильным, а для этого нужно много заниматься спортом.

**Воспитатель:** Трудно стать космонавтом, нужно много тренироваться. Вы готовы к тренировкам?

**Дети:** Да.

Воспитатель:
Внимание! Внимание! Приглашаем всех девочек и мальчиков, совершить путешествие в открытый космос.
На нашем космодроме сегодня 2 экипажа - «Мир» и «Комета».**:**

Воспитатель: Молодцы! Вы уже знаете, что в полете космонавты испытывают огромные нагрузки на организм, но больше всего – на позвоночник. Поэтому они постоянно тренируют мышцы спины, и у них крепкий позвоночник и ровная осанка.  *«Космическая тренировка»* продолжается. Как вы думаете, хорошо ли у космонавтов должно быть развито чувство равновесия? *(Ответы.)* Конечно, ведь они долгое время проводят в невесомости. Вот и мы сейчас продолжим тренировку – будем тренировать свой вестибулярный аппарат.
1.  Ходьба прямо с мешочком на голове, руки в стороны.

Воспитатель:
2. Эстафета **«Построй ракету»**

## Каждая команда получает схему рисунок. Необходимо построить ракету из гимнастических палок в соответствии со схемой. После завершения необходимо поднять красный флаг. Побеждает команда, которая быстрее и правильнее справится с заданием.

## Ребята, вот мы и построили ракету, но чтобы нам отправиться в путь нам надо запастись продуктами.

## 3. Эстафета «Собери продукты»

## На противоположных сторонах зала в обручах, лежат муляжи продуктов по количеству детей. По сигналу ребенок бежит, берет из обруча 1 предмет, возвращается, кладет его в корзину, далее бежит второй ребенок и т. д.

## Ведущий: Молодцы, ребята, хорошо справились с заданием! Теперь, нам можно отправляться в полет!

## 3. Эстафета «Шар земной» (передача большого мяча над головой)

## Ведущий: Подскажете, друзья, какую форму имеет наша планета Земля? Правильно, форму шара. «Дадим Шар земной детям, пусть им играют…» Дети садятся на пол, ноги - «елочкой». По команде» «Марш!» начинается передача мяча над головой. Как только последний участник получает мяч, он встает, бежит вперед колонны и садится. Передача мяча начинается снова. Эстафета считается законченной, когда впереди команды снова оказывается капитан.

## 4.Эстафета: «Астронавт»

Ребенок надевает обруч на себя, оббегает землю и возвращается, обратно передает эстафету следующему.

**Воспитатель:** Молодцы ребята! Ну что продолжим наше путешествие по космосу? Тогда занимаем свои места и отправляемся дальше!!!

Внимание! Нас ждет испытание.

 5.Эстафета**: «Созвездия»** Первый участник берет звезду и бежит до ориентира (луна на ней планеты) кладет ее, передает эстафету следующему.

**Воспитатель:** Ребята посмотрите, у нас получился парад звезд.

 6.Эстафета**: Игра «Кто быстрее соберет космический мусор»**.
На полу разбросаны картонные фигурки, скомканные бумажки, мелкие игрушки. По команде под музыку дети собирают «космический мусор» в корзинки. Выигрывает тот, кто соберёт больше.

**Воспитатель:** Ребята, а не пора ли нам подкрепиться?

 7.Эстафета "Завтрак космонавта".
У каждого - пакетик с соком (0,2) и трубочка. Кто быстрее выпьет сок через трубочку?

**Воспитатель:** Нам пора возвращаться на нашу любимую планету – Земля.

## 8. Эстафета «Возвращение на Землю»

## Добежать до ориентира, пролезая по тоннелю. Эстафета передаётся хлопком. Выигрывает команда, которая быстрее справится с заданием.

   Мы из полета возвратились

   И на Землю приземлились.

   Идет веселый наш отряд,

   И каждый встрече с нами рад!

**Воспитатель:** Ну что же, ребята, наша *«****космическая тренировка****»* успешно закончилась. Вы показали себя дружной, быстрой, ловкой и смелой командой. Я уверена, что силы у вас прибавилось, мускулы и позвоночник окрепли, организм не побоится никаких нагрузок.

##  Ребята, помните!

## Космонавтом хочешь стать,

## Должен много- много знать.

## Любой космический маршрут

## Открыт для тех, кто любит труд.

## Чтоб ракетой управлять,

## Нужно смелым, сильным стать.

## Слабых в космос не берут,

## Ведь полет - нелегкий труд!

## Будем смелыми, сильными и спортивными!

## Удачи вам, друзья!