**Подготовительная к школе группа**

**ФИЗКУЛЬТУРНЫЙ ДОСУГ**

**«Полёт на Луну»**

**Оборудование.** Грамзапись, «корабль» звездочёта, сигнал (будильник), шлемы,

звёздочки, образцы созвездий,

2 скамейки, обручи, 2 пещеры, 2 корзины, мячи различные.

Ведущий: Ребята, с Луны поступил сигнал СОС, чей-то корабль потерпел крушение. Отправимся на помощь?

Все в колонну становись!

Подготовку к полёту начать!

*Включается музыка П.Мориа.*

Космонавты друг за другом *Ходьба обычная.*

Дружно, весело шагают,

Космонавты-астронавты

Выше ноги поднимают. *Ходьба высоко поднимая колени.*

А теперь, как луноходы,

Мы отправимся в походы. *Ходьба «каракатицей».*

Ходить по Луне нелегко, *Прыжки на двух ногах*

Надо прыгать там высоко. *с продвижением вперёд.*

А сейчас спокойно пойдём,

Приготовимся к полёту.

Силы все в кулак соберём,

Отправляемся мы к звездолёту. *Ходьба обычная.*

Дыхание мы в норму приведём

И в звездолёт посадку начнём. *Дыхательное упражнение.*

*Дети садятся на скамейки-звездолёты. Надевают шлемы.*

Упражнения на скамейках выполняются из и.п. сидя верхом на скамейке:

1. «1-2-3 – ремни прикрепи» - дети кладут ладони на пояс впереди сидящего ребёнка.
2. «Ракета, ввысь лети, космонавт, не упади!» - дети встают и садятся обратно на скамейку, держась друг за друга. 4 раза.
3. «Посмотри в иллюминатор, друг, чудеса одни вокруг». – выполняют повороты туловища вправо-влево по 3 раза.
4. «Вот и опускаемся мы на Луне…

Размяться перед выходом нужно мне». – Ремни убрать, на ноги встать! – дети встают лицом к скамейке. Ставят правую (левую) ногу на скамейку, выполняют 3 покачивания, руки на поясе – по 2 раза.

Ведущий: Вот мы с вами и прилетели на Луну.

Выходите из звездолётов.

*Дети отходят от звездолётов, ищут корабль, потерпевший бедствие. Находят, из корабля доносится голос звездочёта, он считает звёзды.*

Ведущий: Кто ты? Что здесь делаешь?

*Звездочёт рассказывает детям о том, что он полетел на своём корабле пересчитывать звёзды, сделал остановку на Луне. Но когда захотел отправиться в полёт, то корабль не взлетает. Он послал сигнал бедствия – СОС. и сейчас он очень рад, что сможет улететь обратно на Землю.*

Ведущий говорит, что дети хотят посмотреть, что интересного есть на Луне.

Звездочёт рассказывает о том, что на Луне никто не живёт. Здесь много озёр, пещер, кратеров-воронок. Спрашивает у детей, не боятся ли они посмотреть лунный пейзаж.

Дети отвечают – нет!

Ведущий: Звездочёт, наши дети очень смелые, сильные и ловкие, потому что каждый день занимаются спортом.

Звездочёт: Я сейчас проверю вашу смелость.

***Проводит соревнования.***

**1. «Чья команда быстрее пройдёт через пещеру».**

Звездочёт держит 2 обруча с тканью – «пещеры».

По команде первый участник бежит от отметки к пещере, пробегает сквозь неё. Выбежав, делает хлопок над головой, остаётся на той стороне. После хлопка бежит следующий.

Команде-победительнице вручается звезда.

**2. «Кто быстрей вокруг озёр».**

В ряд выкладываются по 5 обручей. Между ними ребёнок прыгает на двух ногах, обратно возвращается бегом.

Победившим – звезда.

**3. «Кто скорей наберёт лунных камней».**

У команд стоят пустые корзины. Напротив, в обруче-кратере, лежат «лунные» камни (мячи разного размера и качества). По команде ребёнок бежит к обручу, берёт 3 мяча и бегом возвращается к корзине, кладёт в неё мячи. Затем бежит следующий.

Победителям – звезда.

Звездочёт хвалит детей, подсчитывает звёзды. Говорит, что с такими смелыми детьми ему не страшно отправляться в полёт.

Предлагает поиграть в игру **«Земляне и инопланетяне».**

Одна команда – земляне, находятся около звездолёта. Другая – инопланетяне – на противоположной стороне зала. Звучит музыка – все веселятся, танцуют, бегают. Музыка замолкает – земляне ловят инопланетян. Затем команды меняются ролями.

Победителям – звезда.

Ведущий: А теперь в звездолёт поспешим,

На планету свою полетим.

*Дети садятся в звездолёты. Звездочёт садится к команде-победительнице.*

*Под музыку «летят» на Землю.*

Прилетев в д/с, снимают шлемы.

*Ведущий предлагает детям нарисовать созвездия Большой и Малой Медведицы по предложенному образцу.*

**Ведущий.** Как космос велик и прекрасен,

Как много загадок таит…

Но, только умеющий думать,

Любые загадки решит.

**Ведущий.** Ребята, слушайте внимательно цепочку загадок «Космос»:

Чтобы глаз вооружить и со звездами дружить,

Млечный путь увидеть, чтоб нужен мощный… *(Телескоп).*

Телескопом сотни лет изучают жизнь планет.

Нам расскажет обо всем умный дядя… *(Астроном).*

Астроном – он звездочет, знает всё наперечет!

Только лучше звёзд видна в небе полная… *(Луна).*

До луны не может птица долететь и прилуниться,

Но зато умеет это делать быстрая… *(Ракета).*

Он космос покоряет, ракетой управляет,

Отважный, смелый астронавт зовётся просто… *(Космонавт)*

Свет быстрее всех летает, километры не считает.

Дарит Солнце жизнь планетам, нам – тепло, хвосты -… *(Кометам).*

А галактики летят врассыпную, как хотят.

Очень здоровенная - эта вся… *(Вселенная.)*

Когда ты в космосе, мой друг,

Творятся чудеса вокруг.

Паришь ты – вот так новость,

Ведь это… *(Невесомость)*