**Физкультурный досуг для детей средней группы**

 **«Подготовка космонавтов».**

Задачи:

1. Расширить знания детей о Космонавтах, о космосе
2. Совершенствовать двигательные навыки детей.
3. Развивать смекалку, чувство товарищества и умение взаимодействовать в команде.
4. Доставить детям положительные эмоции и хорошее настроение.

*Оборудование:*  малые кольца по количеству детей, скамейка, 1 мяч, 3 дуги, канат, длинная палка, 8 конусов,.

*Музыка: «Покорители», «Трава у дома»,* «Если очень захотеть, можно в космос полететь»

**Ход Досуга**.

Дети под музыку «Покорители» входят в зал и строятся в шеренгу.

**Инструктор:** Здравствуйте, дорогие мальчики и девочки!

Сегодня день космонавтики. Кто знает, кто такие космонавты? Что такое космос?

Сегодня мы превратимся в юных космонавтов. Для этого нам понадобится вся наша ловкость, смелость, быстрота, сила, а также ваша дружба. А начнем мы с космической разминки. Занять каждому ракету!

Раскладываются кольца на ковре по количеству детей.

Включается музыка. Дети встают в кольца.

**Космическая разминка:**

ОРУ с кольцами под музыку «Если очень захотеть, можно в космос полететь».

Затем дети оставляют кольца на ковре и садятся на стульчики.

**Инструктор:** Молодцы, ребята! Хорошо размялись.

Космические ракеты прибыли на другую планету. Теперь необходимо исследовать её поверхность.

Кольца раскладываются по кругу, дети потоком проходят, стараясь наступать только в кольцо, и снова садятся на стульчики.

**Инструктор:** Хорошо, а Вы знаете ребята, что наша Земля вращается вокруг солнца? А ее путь называется ОРБИТА. Давайте поиграем в игру. Мячик – это наша Земля, а мы все встанем в круг и изобразим ее вращение. Дети встают в круг, в центр кладется желтый обруч – солнце.

**Игра «Вращение Земли».**

*Правила.* Игроки передают мячик по кругу под музыку «Трава у дома». Музыка останавливается. Тот, у кого в руках оказался мячик, встает в центр и выполняет задание. Например, пять раз подпрыгнуть, три раза присесть и т.п., а все повторяют.

**Инструктор:** Молодцы! Чтобы преодолеть все преграды на неизвестной планете вам понадобятся все оставшиеся силы.

Дети садятся, готовится полоса препятствий. Затем дети потоком проходят по одному разу «Полосу препятствий» и снова сесть на место.

**«Полоса препятствий».**

Детям надо: пролезть под тремя дугами, проползти по скамейке, перепрыгнуть через палку, установленную на высоте 15 см, пробежать между конусами, пройти по канату.

Снова раскладываются кольца по количеству детей на полу.

**Инструктор:** Хорошо! Все вы очень ловкие. Ну а теперь поиграем. Это Ваши ракеты. Встаем внутрь и держим кольцо руками

**Подвижная игра «Космонавты».**

Когда звучит музыка, участники игры - космонавты начинают двигаться (ходить, бегать, прыгать, кольцо удерживается руками, ребенок внутри кольца), после прекращения музыки дети быстро кладут обруч и присаживаются в него.

Дети сдают обручи и садятся.

**Инструктор:** Вот и подошли к концу наши состязания. Все ребята проявили себя и показали, что готовы называться Юными космонавтами. Выгружаемся на Землю и вдыхаем свежий воздух.

*Дети под музыку выходят из зала.*