«*Космическое путешествие».*

(досуг для старшего дошкольного возраста)

Цель ­­­­– расширение и закрепление представлений детей о планетах солнечной системы и труде космонавтов.

Задачи:

- формировать навыки здорового образа жизни;

- развивать скорость, ловкость, быстроту двигательной реакции, закреплять навыки плавания;

-воспитывать уважительное отношение к труду космонавтов;

- способствовать сплочению детского коллектива, создать положительный эмоциональный заряд.

**Предварительная работа:** показ презентаций о планетах солнечной системы, о жизни космонавтов на космическом корабле, разучивание стихов, считалок о планетах.

**Оборудование:** музыкальные записи: « Трава у дома » группа «Земляне», "Волшебный полет "группы Спейс, звуки вертолета; обручи малые по количеству детей, 2 больших обруча, мячи большие на каждого ребенка, доски для плавания, разноцветные камешки, мячи малые по количеству детей.

Инструктор: «К полету в космос приготовиться!»

Разминка: ОРУ (с обручами).

*Инструктор:* «Все размялись, можно отправляться в космическое путешествие!»

— «Надевают скафандры» (имитация)

— Ходьба широким шагом в замедленном темпе, изображая космонавтов в скафандрах.

— «Подняться в космический корабль!» — ходьба с высоким подниманием колен.

— «5-4-3-2-1 – пуск!»— ходьба, по сигналу «торпеда в парах».

***Звучит музыка "Волшебный полет" группы "Спейс".***

*— ходьба по бассейну с поворотом вокруг своей оси (это упражнение под музыку повторяется перед каждой новой планетой).*

*Инструктор*: «Мы подлетаем к спутнику Земли, ближайшему «соседу» нашей планеты — **Луне**. На Луне человек весит в 6 раз меньше, чем на Земле, передвигается тяжело, медленно. Поэтому по Луне лучше передвигаться на луноходе, похожем на тележку на четырёх колёсах».

**Игровое упражнение «Луноходы».**

Детипередвигаются в парах вдоль длинного бортика бассейна. Один ребенок из пары ложится на грудь, с двумя досками для плавания впереди, лицо в воду, ноги вытягивает назад. Второй в паре стоит позади первого и по сигналу инструктора толкает его вперед, удерживая за голени ног.

*Инструктор:* « А сейчас отправимся на ближайшую к Солнцу и самую быструю планету — **Меркурий**. Меркурий быстрее всех вращается вокруг Солнца. И ещё он примечателен тем, что на нём невероятная тишина, если громко крикнуть или бросить камень, то не услышишь ни звука.

**Игра-эстафета «Кто быстрее Меркурия?»**

*(дети делятся на две команды*)

Плыть комбинированным способом до противоположного бортика и обратно.

*Инструктор:* «С Меркурия мы полетим на планету **Венера.** С Земли Венера выглядит самой яркой планетой, потому что солнечный свет отражается от густых облаков, окутывающих её поверхность. Температура на поверхности Венеры даже ночью 500 градусов. При такой температуре плавятся металлы, например, космическая станция , запущенная с Земли на Венеру смогла проработать всего около одного часа, а затем зашипела и расплавилась. Поверхность Венеры выглядит как безжизненная пустыня с небом оранжевого цвета.

**Игра «Успей собрать пробы грунта».**

Дети за 30 секунд должны успеть собрать мелкие игрушки, разбросанные инструктором на дне бассейна.

*Инструктор:* « Наше путешествие продолжается. Сейчас мы пролетаем мимо самой крупной планеты солнечной системы, которую ещё называют « газовым гигантом». Так её называют потому что, эта планета состоит большей частью из газов, а её вес в 318 раз больше, чем вес Земли. Это — **Юпитер**. Юпитер интересен тем, что в его атмосфере свирепствует огромнейший вихрь, известный под названием Большое Красное Пятно. Если попасть внутрь гигантского вихря, то свирепый морозный ветер подхватит вас и бросит в многоцветное облако с огромной скоростью, где на вас обрушится непрерывный град льдинок. Будьте осторожны! Старайтесь увернуться от них!»

**Игра «Бури Юпитера».**

Дети делятся на две команды, становятся по противоположным сторонам бассейна, берут в руки малые мячи и поворачиваются вокруг себя как можно быстрее. По команде инструктора, останавливаются и бросают мячики в противоположную команду до тех пор, пока не прозвучит сигнал к окончанию игры.

*Инструктор:*  «А вот и окольцованная планета — **Сатурн**. Кольца состоят из грязных снежных комьев и обломков ледяных глыб, которые с огромной скоростью вращаются вокруг планеты. Сатурн большей частью состоит из газов: водорода и гелия, поэтому, если бы можно было поместить Сатурн в воду, то он не утонул бы, а плавал на ее поверхности.

**Игра « Сквозь кольца Сатурна»**.

Дети делятся на две группы, одна группа становится в круг, держась за руки, и медленно, а затем быстрее, двигаются по кругу, а вторая группа проплывает между ними из круга - в круг, стараясь никого не задеть. По сигналу инструктора группы меняются ролями.

*Инструктор:* « Ну, что же, ребята, наше космическое путешествие заканчивается. Пора возвращаться на нашу родную планету Земля. Готовы? Тогда в путь, к космическому кораблю!»

**Игра – эстафета «Возвращение на космический корабль».**

Скользить по одному сквозь вертикальный обруч на груди (или спине) и плыть дальше «кролем» с работой рук к противоположному бортику. Доплыв, поднырнуть в обруч, лежащий на воде («космический корабль»), встать. Побеждает команда, первой вернувшаяся «в модуль».

***Под песню «Трава у дома» группы «Земляне» дети бегут друг за другом по бассейну.***

Инструктор: «Иногда капсула, в которой космонавты возвращаются на Землю, падает в океан или море. И тогда космонавтам необходимо продержаться на воде до прибытия вертолёта или спасательного судна, которое заберёт их и доставит в космический центр. Ой, ребята, мы с вами тоже приводнились в океан!!! »

**«Возвращение на Землю» – упражнение на расслабление – «звезда» на спине.**

***Раздаются звуки шума винтов вертолёта.***

*Инструктор*: «Ребята, слышите? Какой - то знакомый звук?! (Ответы детей). Поднимайтесь на борт вертолёта». Дети по очереди встают и по лесенке выходят из воды. На этом досуг заканчивается.

**Список использованной литературы:**

1. Космос.- Смоленск: Русич, 2003. (Школьная энциклопедия);
2. Интернет ресурсы.