

**МБДОУ «Александровский детский сад «Ягодка»**

**День здоровья  
в разновозрастной группе  
среднего дошкольного возраста  
*«Космическое путешествие»***



Дата проведения: 10.04.2024 г.  
Подготовили и провели: воспитатели  
МДБОУ «Александровский  
детский сад «Ягодка»  
Видякина И.И.  
Корякова Т.Д.

**Цель:** приобщение детей к здоровому образу жизни, активизация двигательной деятельности.

**Задачи:** формировать навыки здорового образа жизни, расширять знания детей о профессии космонавт, развивать физические качества личности: ловкость, быстроту, выносливость; умение ориентироваться в пространстве, воспитывать целеустремленность, чувство товарищества и ответственности перед командой.

**Предварительная работа:** знакомство с профессией космонавта, чтение рассказов, заучивание стихов о космосе, рассматривание фотографий, открыток с изображением космоса, энциклопедий, сюжетно-ролевые, режиссёрские и подвижные игры, показ видеофильмов, презентаций.

**Оборудование:** 2 обруча, диаметр, 8 кубов и 2 призмы для постройки ракеты, 2 корзины, зонты.

### Ход дня здоровья

**Воспитатель.** Ребята, в 1961 году 12 апреля впервые в мире в космос на космическом корабле «Восток» поднялся наш герой – космонавт номер один Юрий Алексеевич Гагарин. А вы, ребята, хотели бы стать космонавтами?

**Дети.** (Ответы детей).

**Воспитатель.** Как вы думаете, каким должен быть космонавт?

**Дети.** (Ответы детей).

**Воспитатель.** Ребята, а кто знает, что нужно делать, чтобы стать космонавтом?

**Дети.** (Ответы детей).

**Воспитатель.** Конечно, ведь будущему космонавту без спорта никак нельзя.

Давайте же сегодня, отметим этот праздник так, чтобы он запомнился всем нам. Вдруг после этого кто-то из вас захочет стать космонавтом, чтобы прославить нашу страну.

**Воспитатель.** Смотрите ребята, в небе ночном,

Для нас засветился звёздочек рой.

Звёздочки в небе так ярко сияют,

В гости к себе они нас приглашают!

Так давайте же не откладывая, мы с вами сегодня совершим наш увлекательный, виртуальный космический полет. Вы согласны?

**Дети.** (Ответы детей).

**Воспитатель.** У нас сегодня две команды. Чтобы отправиться в путешествие нам необходимо немного размяться.



**Воспитатель.** Молодцы! А теперь нам надо дать названия нашим экипажам. «Восток» и «Союз».

И я объявляю первый конкурс. Для полёта нам нужны ракеты.

### Эстафета «Построй ракету»

(У каждого в руках по кубику, у последнего ребёнка конус. По моему сигналу первые игроки бегут к обручу, ставят кубик и бегом возвращаются обратно. Затем второй,

*третий, пока не построят ракету. Выигрывает та команда, игроки которой раньше выполняют задание).*



**Риана.** В космической ракете,  
С названием «Восток»  
Он первым на планете,  
Подняться к звездам смог.

Поет об этом песни,  
Весенняя капель  
Навеки будут вместе,  
Гагарин и апрель.

**София.** Гулять сегодня некогда,

Мы заняты другим:

Планеты необычные,

Мы дружно мастерим.

Пусть в космосе вращаются,

Ракеты к ним летят!

В отважных космонавтов,

Играет детский сад.

**Алена.** Мы летчиками смелыми,

Быстрее стать хотим,

В ракетах настоящих,

Мы в космос полетим.

Над нами звезды светлые,

Зажгутся в вышине,

Российский флаг поднимем,

На Марсе и Луне.

**Воспитатель.** Молодцы!

Готовы, к полёту?

Ждут нас быстрые ракеты,

Для полётов на планеты.

На какую захотим,

На такую полетим!

Для этого нужен дружный экипаж.

И я объявляю следующий конкурс

**Эстафета «Дружный экипаж»**

*(Дети строятся на одной стороне, а капитан на другой. Капитан команды первым обегает метку, возвращается, берёт за руку второго члена команды, обегают метку и т. д. пока не перевезёт всех членов экипажа).*



### «Космические загадки»

(Команды по очереди отгадывают загадки)

**Воспитатель.** Самый первый в космосе,  
Летел с огромной скоростью  
Отважный русский парень,  
Наш космонавт

**Дети.** (Ответы детей).

**Воспитатель.** На корабле воздушном,  
Космическом, послушном,  
Мы, обгоняя ветер,  
Несемся на

**Дети.** (Ответы детей).

**Воспитатель.** Освещает ночью путь,  
Звездам не дает заснуть.

Пусть все спят, ей не до сна,  
В небе светит нам.

**Дети.** (Ответы детей).

**Воспитатель.** Не день, не год, а вечно,  
Уж миллионы лет  
Пылает в небе печка,

Даря тепло и свет

**Дети.** (Ответы детей).

**Воспитатель.** С земли запущен исполин,  
С людьми летает и один,  
И землю облетев не раз,

Он, может, даже видел нас:

Ведь из его окошка

– Земля, как на ладошке

**Дети.** (Ответы детей).

**Воспитатель.** У ракеты есть водитель,  
Невесомости любитель.

По-английски: «астронавт»,

А по-русски ...

**Дети.** (Ответы детей).

**Воспитатель.** В космосе сквозь толщу лет.  
Ледяной летит объект.

Хвост его — полоска света,

А зовут объект...

**Дети.** (Ответы детей).

**Воспитатель.** Чтобы глаз вооружить,  
И со звездами дружить,

Млечный путь увидеть чтоб,

Нужен мощный

**Дети.** (Ответы детей).

**Воспитатель.** Осколок от планеты,

Средь звезд несется где-то.

Он много лет летит-летит,

Космический.

**Дети.** (Ответы детей).

**Воспитатель.** Из какого ковша не пьют, не едят, а только на него глядят?

**Дети.** (Ответы детей).

**Воспитатель.** Специальный космический есть аппарат,

Сигналы на Землю он шлет всем подряд.

Как одинокий таинственный путник,

Летит по орбите искусственный.

**Дети.** (Ответы детей).

**Воспитатель.** Планета голубая,

Любимая, родная,

Она твоя, она моя,

А называется.

**Дети.** (Ответы детей).

**Воспитатель.** Каждый весел и здоров,

К путешествию готов.

Все готово?

Ключ на старт!

Отправляемся в полет,

Нам пора начать отсчет.

10,9,8,7,6,5,4,3,2,1...Пуск!

Ракеты в космосе.

Но вот преграда – начался звёздный дождь.

Но нам совсем не страшно,

Бегать под дождем,

Космические зонтики,

В руки мы возьмем.

Прошу капитанов команды подойти ко мне за космическими зонтиками и стать напротив своей команды. И я объявляю следующий конкурс.

**Эстафета «Звёздный дождь» (бег в парах)**

*(Капитан команды с зонтом забирает первого члена экипажа и переводит и оставляет его на базе. Затем бежит за следующим членом экипажа).*



**Воспитатель.** Следующая эстафета.

**Эстафета «Собери космический мусор».**

*(Пока звучит музыка, дети собирают мусор по одному. Кто больше соберёт мусор).*



**Воспитатель.** Вот и закончилась наша игра.

Программа полета выполнена!

Домой возвращаться, ребята, пора!

Всем экипажам занять свои места!

А теперь садитесь в космические кресла.

Мы возвращаемся на Землю.

Все готово? Ключ на старт!

Отправляемся в полет,

Нам пора начать отсчет.

10,9,8,7,6,5,4,3,2,1...Пуск!

Окончен путь.

Приземлилась ракета.

Мы в детском саду, на нашей планете.

Вот и закончилось наше космическое путешествие, мы с вами вернулись домой, на самую лучшую из всех планет, планету – Земля. Вам понравилось, друзья?

**Дети.** (Ответы детей).

**Воспитатель.** Какой праздник мы с вами отмечаем сегодня?

**Дети.** (Ответы детей).

**Воспитатель.** А какой будет 12 апреля?

**Дети.** (Ответы детей).

**Воспитатель.** Где мы с вами побывали, чем занимались?

**Дети.** (Ответы детей).

**Воспитатель.** Из вас получились замечательные космонавты. И сейчас я хочу вручить вам памятные медали о нашем сегодняшнем спортивном мероприятии. Всем спасибо за участие и активность.