

СПОРТЛАНДИЯ – СПОРТИВНАЯ СТРАНА

СПОРТИВНЫЙ ДОСУГ
ПОДГОТОВИЛА:

ИНСТРУКТОР ПО ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЕ КОЗЛОВА ЛЮДМИЛА
СЕРГЕЕВНА

АОУ ДЕТСКИЙ САД № 3 «УМКА» Г.
ДОЛГОПРУДНЫЙ

Инструктора по физической культуре
Автономного образовательного учреждения
Детского сада № 3 «Умка»
Козловой Людмилы Сергеевны



ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ:

1. Укрепление здоровья детей .
2. Развитие у детей интереса к физической культуре, понимание значения спорта в жизни человека.
3. Воспитание любви к физической культуре и спорту, чувства дружбы, интерес к совместному проведению досуга.
4. Пропаганда здорового образа жизни.

МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ: физкультурный зал.

ОБОРУДОВАНИЕ И ИНВЕНТАРЬ: свисток, маленькие обручи, стойки (пирамидки), мячи, 2 кубика, мешочки с песком.

ПРОГРАММНОЕ СОДЕРЖАНИЕ: совершенствовать бег, упражнять в умение координировать свои движения, упражнять детей в передаче мяча над головой, совершенствовать различные виды прыжков (ноги вместе – ноги врозь), упражнять детей правильно контролировать фазы дыхания при вдохе и выдохе, упражнять в метании предмета в цель. На протяжении всего мероприятия поддерживать эмоциональный настрой и воспитывать выносливость.

ХОД МЕРОПРИЯТИЯ

1. Вводная часть.

Инструктор:

Мы сильные, мы смелые,
Нет слабых среди нас,
В веселую Спортландию
Отправимся сейчас.

Инструктор: Выходят команды, давайте поприветствуем их.

Участники соревнований проходят круг почета и строятся в одну шеренгу по периметру площадки. Приветствие ,речевки ,группы поддержки.

1 ребенок:

Посмотрите, полюбуйтеь
На веселых дошколят
Олимпийские надежды
Нынче ходят в детский сад.

2 ребенок:

Мы дружим с солнцем и водой,
На старт мы выйти рады
Проводим праздник спорта свой
Мы в честь Спартакиады!

Инструктор: Все здоровы? *(Все)*. К соревнованиям готовы? *(Готовы)*. А для того, чтобы вам было легче справиться с заданиями, предлагаю провести зарядку.

(Команды выходят)

Инструктор:

Зарядка всем полезна
Зарядка всем нужна
От лени и болезней
Спасает нас она!

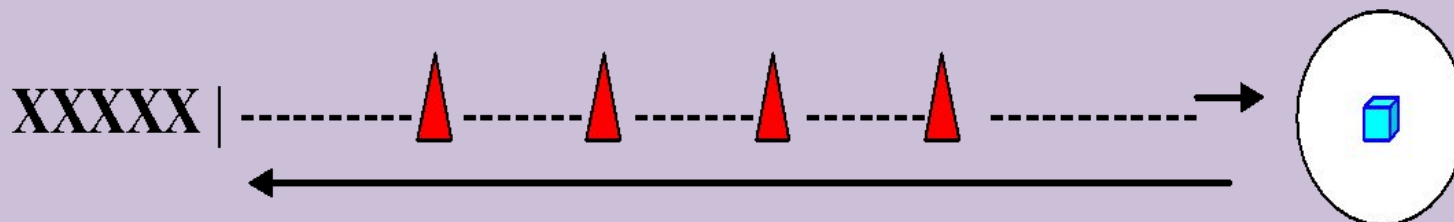
(Упражнения выполняются под музыку комплекса Яртовой Л.)

- Я вижу, что наши юные спортсмены готовы к состязаниям.



1. Основная часть.

- Эстафета «Змейка»

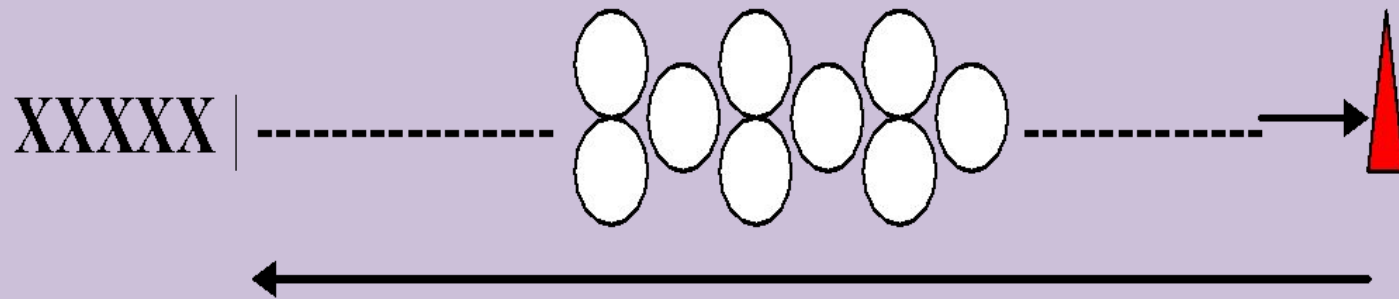


По сигналу первый ребенок из каждой команды бежит змейкой, оббегая пирамидки, до обруча с кубиком, берет кубик, возвращается бегом по прямой дистанции, передает кубик следующему участнику и встает в конец колонны. Задача следующего участника добежать змейкой до обруча, положить кубик на место и передать эстафету другому участнику.

(музыкальная физкультминутка)



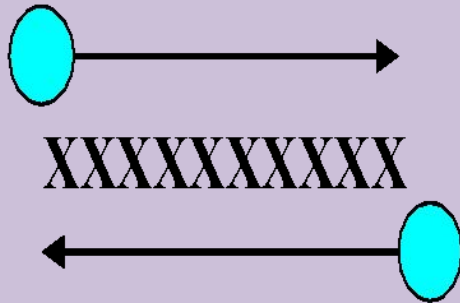
- Эстафета «Прыжки»



По сигналу первый ребенок из каждой команды добегают до обручей, выполняет прыжки ноги вместе - ноги врозь, добегают до пирамидки, возвращается бегом по прямой дистанции и передает эстафету следующему участнику.

(музыкальная физкультминутка)

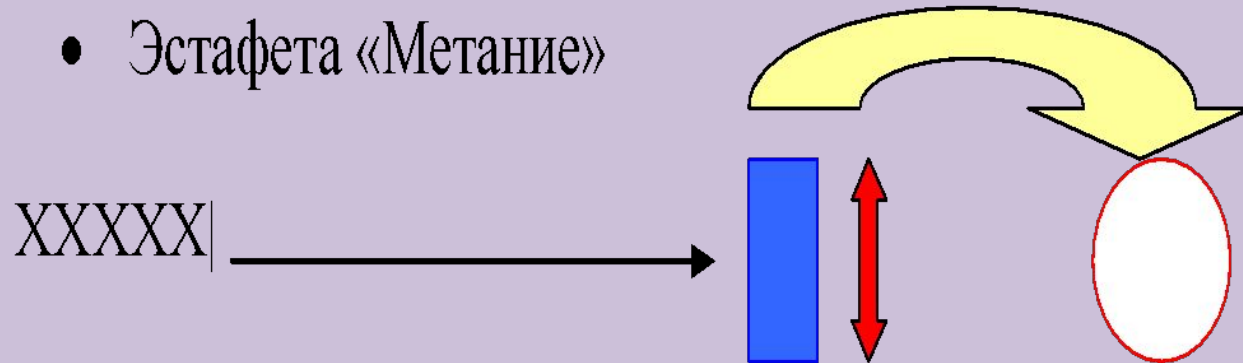
- Эстафета «Передай мяч»



По сигналу первый ребенок из каждой команды начинает передавать мяч над головой следующему участнику, стоящему сзади. Когда мяч доходит до ребенка, стоящего в конце, он начинает передавать мяч над головой вперед.

(музыкальная физкультминутка)

- Эстафета «Метание»



По сигналу первый ребенок из каждой команды добегают до ящика с мешочками, берет мешочек и кидает мешочек в обруч, возвращается назад бегом и передает эстафету.

(музыкальная физкультминутка)



Инструктор.

Были вы и ловкими,
Были вы и смелыми,
Были вы и сильными
Были и умелыми.

– А кто же победил, нам сообщит жюри после подведения итогов. Мы же пока поиграем в игру **День и ночь** (бег).

Участники игры делятся на две команды: «День» и «Ночь». Их дома находятся на противоположных сторонах площадки, за чертой. На расстоянии одного шага от нее по ту и другую сторону выстраиваются команды спиной друг к другу.

Воспитатель говорит: «Приготовиться!» - а затем дает сигнал той команде, которая должна ловить. Если он сказал: «День!», то дети из команды «Ночь» бегут в свой дом, а дети из команды «День» поворачиваются и ловят их, но только до границы дома убегающих.

Подсчитывается количество пойманных, затем все снова выстраиваются и ждут следующего сигнала.

Игра повторяется 4-6 раз. Воспитатель может назвать одну и ту же команду два раза подряд, но нужно, чтобы в общей сложности каждая команда ловила одинаковое количество раз.

Выигрывает та команда, которая поймала большее количество детей.



Инструктор: А теперь команды, займите свои места! Слово предоставляется жюри, (подведение итогов, вручение подарков).

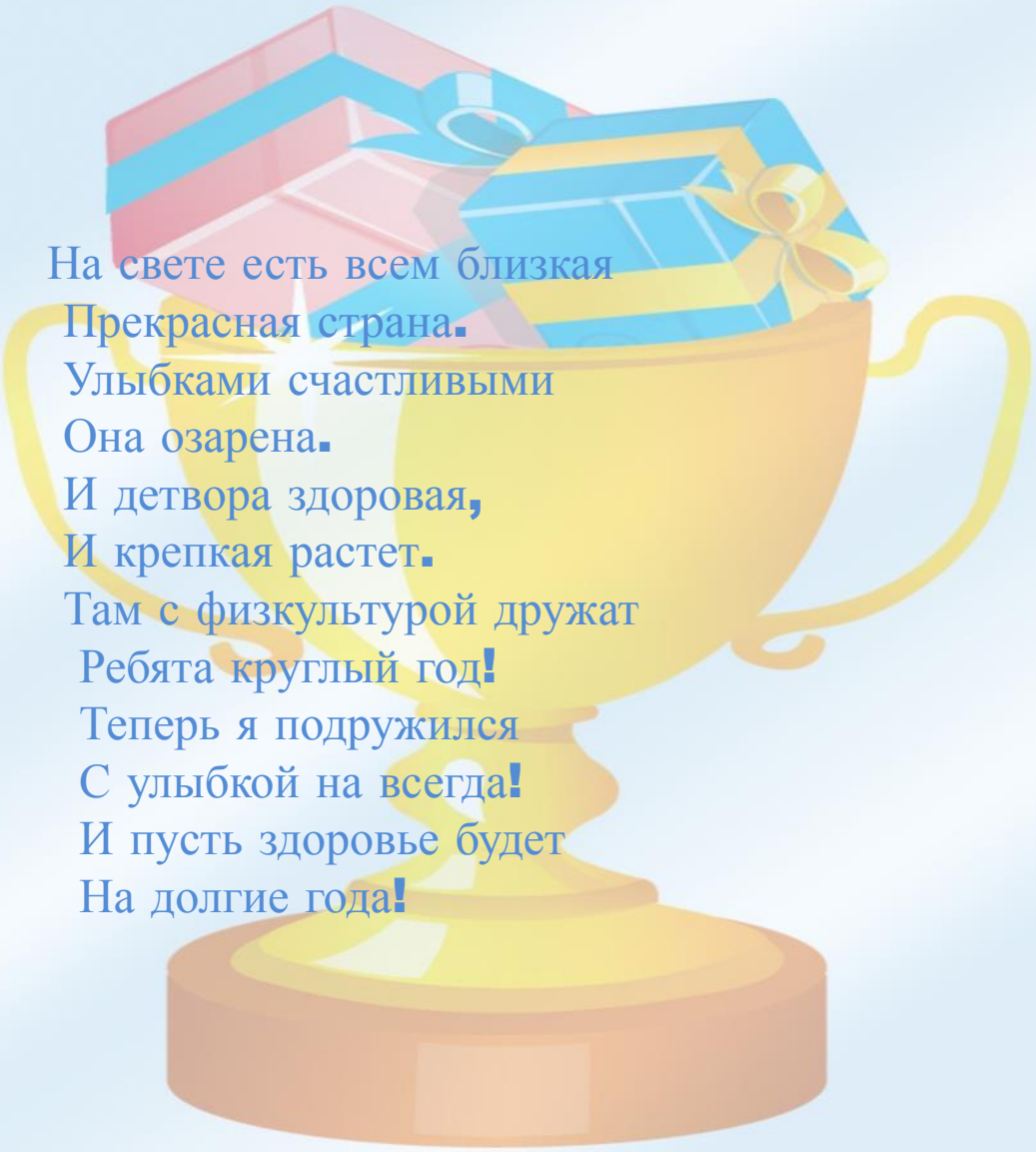
Инструктор.: Сегодня мы еще раз убедились в том, что наши дети растут сильными, ловкими, смелыми. В этих соревнованиях победила дружба. Давайте вместе потанцуем.

(танец «Разноцветные стекляшки»)

Ну вот пришла пора
Сказать нам на прощанье
До новой встречи
До свиданья.

Организационный уход в группу.





На свете есть всем близкая
Прекрасная страна.
Улыбками счастливыми
Она озарена.
И детвора здоровая,
И крепкая растет.
Там с физкультурой дружат
Ребята круглый год!
Теперь я подружился
С улыбкой на всегда!
И пусть здоровье будет
На долгие года!

Используемая литература:

- 1. Сборник подвижных игр (2-7 лет) Э.Я. Степаненкова**
- 2. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка**
- 3. Физическое воспитание в детском саду (2-7-лет) Э.Я. Степаненкова**
- 4. Сценарии физкультурных досугов и спортивных праздников для детей логопедических групп с диагнозом ОНР и детей массовых групп детского сада от 3 до 7 лет.**