

# 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!

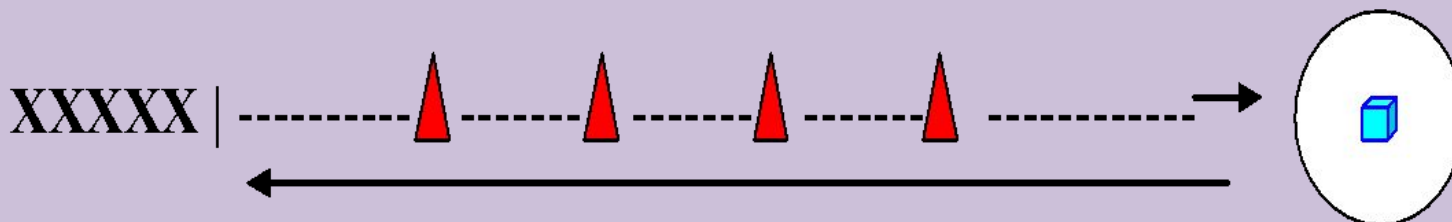
*(Упражнения выполняются под музыку комплекса Яртовой Л. )*

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



## 1. Основная часть.

- Эстафета «Змейка»



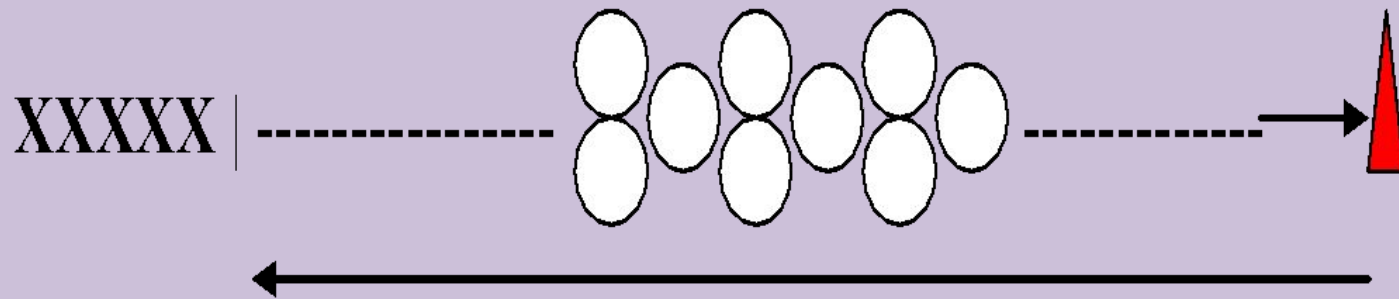
По сигналу первый ребенок из каждой команды бежит змейкой, оббегая пирамидки, до обруча с кубиком, берет кубик, возвращается бегом по прямой дистанции, передает кубик следующему участнику и встает в конец колонны. Задача следующего участника добежать змейкой до обруча, положить кубик на место и передать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

(музыкальная физкультминутка)





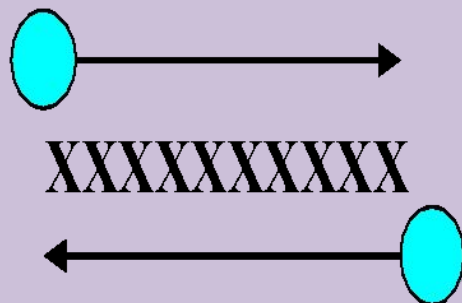
- Эстафета «Прыжки»



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)

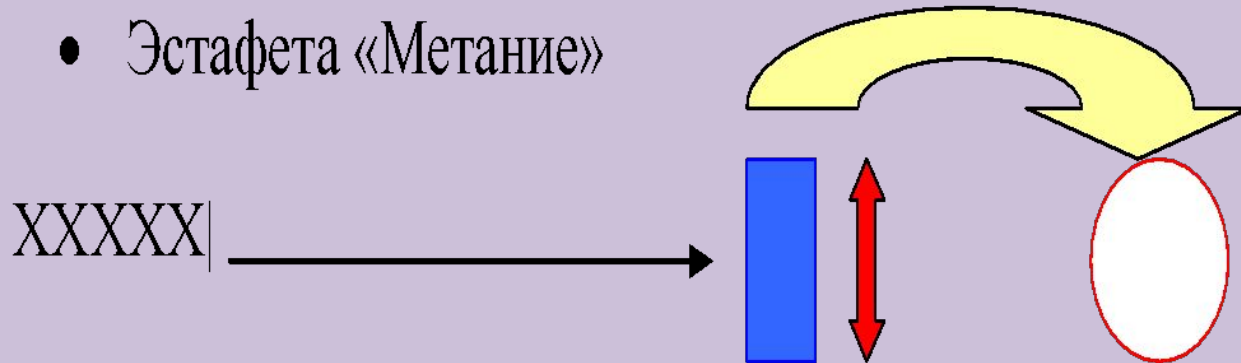
- Эстафета «Передай мяч»



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.

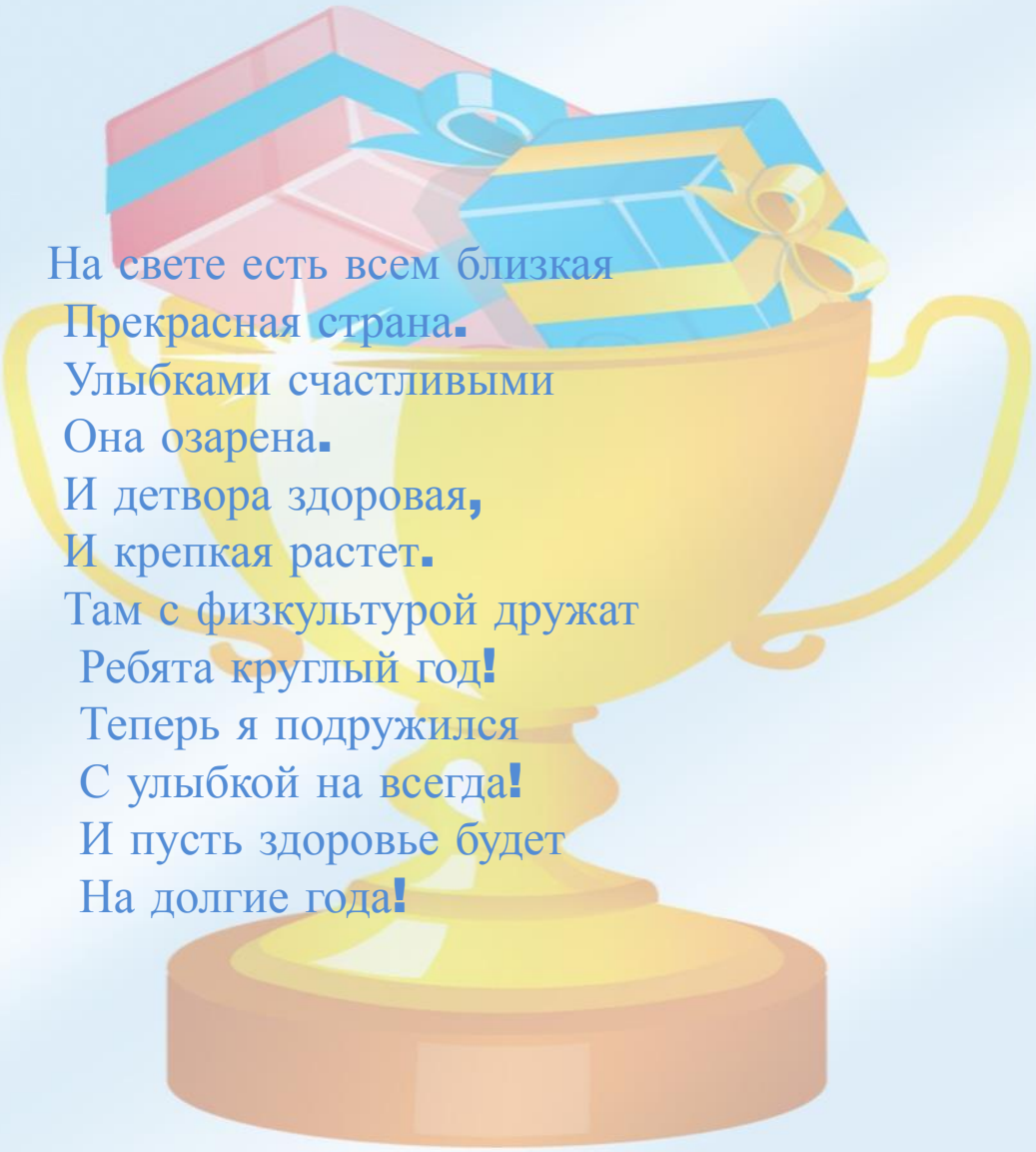
(танец «Разноцветные стекляшки»)

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.**