**Тема: «Юные спортсмены»**

**Цель:**Создание благотворного эмоционального состояния у детей посредством активизации двигательной деятельности.

**Задачи:**

**Образовательные:**

* Закрепить навыки бега и ходьбы.
* Способствовать развитию умений выполнять основные виды движений.

**Развивающие:**

* Развивать физические качества: быстроту реакции, ловкость, силу, чувство ритма.

**Воспитывающие:**

* Воспитывать интерес к двигательной активности;
* Воспитание чувства товарищества.

**Предварительная работа:**обучение детей основным видам движения; разучивание подвижных игр.

**Оборудование и материалы к занятию:**  кубики – 8 шт., табло – 1 шт., медали – по количеству детей, веревка – 1 шт., обруч – 2 шт., музыкальный центр – 1 шт., мяч – 2 шт., документ о правилах – 1шт., стул – 2 шт., флажок – 2шт.

**Подготовка к образовательной деятельности:**Влажная уборка, проветривание, подготовка оборудования, подготовить спортивный зал, отметить старт и финиш, поставить ориентиры.

**Организация и методика проведение физкультурного досуга**

**Длительность – 25 мин**

Воспитатель с детьми под музыку входит в зал и строит детей в шеренгу.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Часть** | **Деятельность воспитателя** | **Деятельность детей** |
| Вводная часть  5 мин   * Ходьба в колонне по одному * Ходьба на носках, руки за головой * Ходьба на пятках, руки на поясе * Обычный бег * Бег врассыпную * Бег с высоким подниманием бедра * Перестроение в 2 колоны | **Алена:**Здравствуйте, ребята! Мы рады видеть вас в нашем спортивном зале. Ребята, а вы знаете, что такое спорт?  Спорт – это занятия физическими упражнениями, регулярные тренировки, спортивные соревнования, достижение высоких результатов, желание победить.  **Софья:**А какие виды спорта вы знаете?  -Да, все правильно назвали!  -Наши спортсмены выступают на международных соревнованиях, олимпиадах защищая честь нашей страны. Чтобы добиться хороших результатов, спортсменам требуется много физических и волевых усилий.  -Мы тоже с вами на физкультурных занятиях стараемся добиться хороших результатов – дальше прыгнуть и быстрее пробежать. И чтобы добиться высоких результатов сегодня, мы немного разомнемся. Направо! В обход по залу шагом марш!  - Направо. В обход по залу, шагом марш! Колени поднимаем повыше, спина ровная!  - Руки за голову, идем на носках. Смотрим вперед. Соблюдаем дистанцию. Локти расправлены, тянемся выше. Приятно посмотреть на Гришу, высоко тянется. Хорошо локти расправлены у Жени.  -Идем обычным шагом.  - Руки на поясе, идем на пятках. Углы не срезаем. Идем ровно. Ногу на пятку ставим легко. Идем тихо. Как тихо идет Лера. Приятно посмотреть на Таню.  -Идем обычным шагом.  - Руки согнули в локтях, приготовились к бегу. Побежали! Бежим легко. Углы не срезаем. Дышим носом. Соблюдаем дистанцию. Инна, беги медленнее, ребята за тобой не успевают  -Когда я ударю в бубен, все бежим врассыпную, кто куда хочет. Бежим аккуратно, в одну сторону. Дышим носом. Когда я ударю в бубен, строимся в колонну и бежим обычным бегом.  -Бежим с высоким подниманием колен. Носки опускаем вниз. Ноги поднимаем выше. Как высоко поднимает колени Паша! Приятно посмотреть на Гришу. Идем обычным шагом.  Двойками через середину зала шагом марш! Останавливаемся у линии!  **Алена:** Сегодня мы всех приглашаем поучаствовать – в Дне бегуна. Вы будете юными спортсменами – бегунами и будите бороться за честь своей команды. Теперь, придумайте название для своей команды.  -И так, у нас первая команда – силачи. А вторая команда – крепыши. И ваши команды мы вклеиваем в табло, в котором будут отмечаться ваши победы. Символ лошади будет у крепышей¸ а символ орла у силачей.  **Алена:**Но ребята¸ смотрите¸ к нас в группу утром забежал спортсмен и оставил письмо¸ а в нем написаны правила¸ которые мы должны выполнять при выполнении эстафет. Ну что¸ прочтем их? Этим документом извещаю, что сегодня  открывается «День бегуна». Участники должны:   * Внимательно слушать задания. * Никто из детей не ссорится и не обижает своего товарища. * Не начинать выполнять задание, если участник, стоящий впереди, не закончил его. * Участник, выполнивший задание, встает в конец своей команды. * Быть веселыми, радостными на протяжении всего развлечения. * А если правила не выполняются, очки снимаются.   -Вы принимаете эти правила? Тогда начинаем! | -Это гимнастика. Это бег!  -Волейбол, футбол, баскетбол, теннис.  Дети встают в команды и придумывают название своих команд.  -Мы силачи, а мы крепыши!  -Да!  -Да! |
| Основная часть  10 мин  1 эстафета – Кто быстрее.  Цель: Упражнять в беге с предметами.  2 эстафета – бег с препятствиями.  Цель: Закрепление умения управлять своим телом.  3 эстафета – Кто быстрее через змейку?  Цель: Совершенствован-ие умения ловкости.  Игра большой подвижности: «Быстрее по местам»  Цель: Закреплять умение ориентироваться в пространстве. | **Софья:** Прежде чем соревноваться, мы скорей должны размяться. Руки, ноги разминаем и бежим, бежим, бежим.  - Первая эстафета называется – кто быстрее? Ваня, покажи нам, как выполнять. По команде первый участник должен взять мяч, добежать до кубика , обежать его, вернуться к своей команде и передать мяч следующему участнику команды. Эстафета закончится тогда, когда последний участник вернется на место и командир поднимет флажок.  -Да, в этой эстафете выиграла команда силачей! Вы получаете звездочку.  **Алена:** Вторая эстафета называется - бег с препятствиями. Ваня, покажи как выполнять.Выполняя бег, необходимо перепрыгнуть через веревку, добежать до обруча,  надеть его через верх на себя и положить на пол. И вернуться назад. Эстафета закончится тогда, когда последний участник вернется на место и командир поднимет флажок.  -Да, в этой эстафете выиграла команда крепышей! Вы получаете звездочку.  **Алена:**Третья эстафета называется – Кто быстрее через змейку? Ваня, покажи как выполнять. Участник должен оббежать все кубики змейкой, добежать до кубика, оббежать его и вернуться назад. Эстафета закончится тогда, когда последний участник вернется на место и командир поднимет флажок.  - И выигрывают крепыши! И они получают звезду!  **Софья:** Но и это не конец. Вы знаете, что спортсмены любят играть в разные игры? Вот и мы поиграем в:«Быстрее по местам». Силачи будут стоять вокруг розового кубика. А крепыши вокруг зеленого. Когда я скажу «Бегите", вы должны бегать, ходить по всему залу, но не вокруг своего кубика. Когда я стукну в бубен и скажу: «По местам». Вы бежите к своему кубику. Все поняли? Начинаем! Да, ловкие команды! Порадовала меня команда силачей! | Выполняют эстафету.  Выполняют эстафету.  Выполняют эстафету.  -Да!  Играют в игру.  -Да! |
| Заключительная  часть  10 мин.  Игра малой подвижности: «Спортивные затейники»  Цель: Развитие воображения. | **Алена:** Вот и подошли к концу наши соревнования и скоро мы узнаем, чья команда оказалась самой спортивной.  *Ведь спорт ребятам, очень нужен.*  *Мы со спортом крепко дружим,*  *Спорт – здоровье, спорт – помощник, спорт – игра...*  **Алена и Софья:** Физкульт – ура!  **Алена:**Я предлагаю вам поиграть игру, чтобы и повеселиться, на других посмотреть, себя показать. Игра называется: « Спортивные затейники». Возьмемся за руки и сделаем ровный круг. Мы выбираем водящего с помощью стрелки. Стрелка, стрелка покрутись и на месте остановись. Женя, ты у нас водящий, вставай в середину.  -А мы, ребята, беремся за руки и идем в левую сторону со словами:  «Ровным кругом друг за другом  Мы идем за шагом шаг.  Стой на месте! дружно вместе  Сделаем вот так...»  Мы останавливаемся и водящий показывает любой движение, связанное со спортом, которое мы должны повторить. Как все здорово повторили! Женя, выбирай, кто тебе больше понравился. Он станет водящим! (2р).  **Софья:** Наше развлечение подходит к концу.  Ну, что ж! Славные у нас сегодня команды! Какие вы все сильные, выносливые, смекалистые, ловкие и  смелые. А какие вы были быстрые!  **Алена:**А сейчас мы посмотрим на табло, какая команда все же выиграла! Две звездочки у Силачей и одна у Крепышей! Но я даю еще одну звезду крепышам за сплоченность команды. И в итоге, объявляю – победила дружба! За победу вы получаете медали!  **Софья:** Ну, вот и выявили победителей.  Скажем спасибо себе и зрителям.  Спортсменам – новых побед.  **Алена и Софья:** А всем – наш спортивный привет. | **-**Физкульт-ура!  Играют в игру.  Получают награждения и поздравляют друг друга.  Уходят в группу под музыку. |