

✓
Вернее

Конспект открытого мероприятия по физической культуре в старшей группе «Путешествие на Малые олимпийские игры «Стадион Здоровья»

Цели и задачи:

- формирование у детей осознанного отношения к своему здоровью;
- учить заботиться о своем здоровье;
- воспитывать ловкость, быстроту реакции;
- создавать условия для проявления положительных эмоций;
- познакомить детей об Олимпийских играх;
- совершенствовать в соревновательной форме навыки выполнения основных видов движений;
- воспитывать чувство коллективизма и взаимовыручки;
- вызвать положительный эмоциональный настрой, устойчивый интерес к занятиям спортом.

Предварительная работа: беседы о спорте; разучивание подвижных игр, эстафет; подбор и знакомство с материалами об Олимпийских играх.

Оборудование: туннель, мячи – 2шт., 2 обруча, бревно, гимнастические скамейки 4шт, 2 кубика (желтый и красный, мячи большие, гимнастические палки, флажки).

Ход развлечения:

I. Организационный момент.

Участники праздника выходят под музыку на площадку, где выстраиваются на разметке.

Инструктор по физической культуре: Здравствуйте дети и гости. Мы сегодня в нашем детском саду открываем свои малые Олимпийские игры. Дети, а вы знаете, что такое Олимпийские игры (ответы детей).

1-ый ребенок: Олимпийские игры - это крупные спортивные соревнования. Они объединяют спортсменов-олимпийцев всех стран мира.

2-ой ребенок: Эти соревнования выявляют самых сильных, ловких, быстрых, честных, дружных.

Инструктор по физической культуре:

Ребята, а какие виды спорта вы знаете? Ответы детей: (футбол, волейбол, хоккей, теннис, бокс, фигурное катание и др).

Инструктор по физической культуре:

А вы знаете, что в нашей стране в 2018 году летом состоится чемпионат мира по футболу в разных городах (Санкт-Петербург, Казань, Сочи). Игры пройдут также и у нас в городе Самара. Наши футболисты будут отстаивать нашу победу на чемпионате мира по футболу. И я хочу пригласить вас на стадион Здоровья, чтобы узнать какие вы смелые, быстрые и ловкие.

Сегодня в путешествие

Хочу вас пригласить!

За морями, за лесами.

Есть огромный Стадион

Стадионом «Здоровья» зовется он.

(Обращаясь к детям). Хотите побывать на этом стадионе?

Дети: Да.

Инструктор по физической культуре:

В путь дорогу собираемся

За здоровьем отправляемся.

(Дети строятся в шеренгу, проверка осанки и равновесия).

Впереди препятствий много

Будет трудная дорога!

Чтоб ее преодолеть

Нам придется попотеть.

(Перестроение в колонну по одному (музыка))

Ходьба обычная друг за другом.

Ходьба, высоко поднимая колени.

Выше ноги поднимаем

Через камни мы шагаем.

Ходьба по бревну.

Посмотрите, вот бревно!

Давным-давно нас ждет оно

К бревну мы подойдем

Быстро по нему пройдем.

Ползание в туннель на четвереньках с опорой на колени и ладони.

Мы в пещеру проползем

Много нового найдем.

Сейчас быстрее мы пойдем

Затем к бегу перейдем.

Бег «змейкой». Обычный бег продолжительностью до 1 минуты.

Ходьба друг за другом.

Дружно весело бежали

И опять потом шагали.

Инструктор по физической культуре:

Ура! Мы добрались до Стадиона Здоровья!

Под музыку появляется Карлсон.

Карлсон: Здравствуйте, ребята! А я пролетал тут мимо, смотрю - что такое?

Флажки, шары кругом, ребят столько. А для чего вы тут собрались?

Инструктор по физической культуре:

А у нас, Карлсон, сегодня спортивный праздник. Мы проводим спортивные соревнования и игры.

Карлсон: Игры? Это что «Кошки-Мышки»?

Инструктор по физической культуре:

Да ты что Карлсон? Это настоящие спортивные соревнования.

Карлсон: А для чего они?

Инструктор по физической культуре:

Чтобы ребята могли показать свои спортивные способности.

Карлсон: Интересно, а есть ли у меня способности. Начинает искать свои способности: выворачивает карманы, снимает тапок, трясет им, хлопает по одежде.

Инструктор по физической культуре:

Не ищи, Карлсон, ты их там не найдешь. Ни в карманах, ни в туфлях способностей нет. А способности есть в играх и соревнованиях.

Карлсон: Ну, что же я готов!

Инструктор по физической культуре: Подожди, Карлсон, а разминка? Ребята уже показали себя, покажи и ты себя.

Карлсон танцует под музыку.

Инструктор по физической культуре:

Я вижу ребята, у вас бодрое и хорошее настроение и вы готовы соревноваться.

Мы пришли сюда ребята, чтобы укрепить свое здоровье. А что вы умеете делать?

Дети:

- Я быстро бегаю.
- Я высоко прыгаю.
- Я метко метая.
- Я умею высоко лазать и т. д.

Инструктор по физической культуре:

Проходите друзья, будем играть и здоровье укреплять.

А сейчас я вам загадаю загадку:

Я стою в спортивном зале

Иногда со мной играют

Не длинна, не высока,

Я из дерева, легка.

«Поиграй со мной, скорей-ка!»

Просит яркая ... скамейка.

Сейчас мы покажем упражнения на гимнастической скамейке и Карлсон будет мне помогать. Для этого вы должны встать около гимнастических скамеек по 2 ребенка около каждой скамейки.

II. Общеразвивающие упражнения на гимнастической скамейке.

1.«Поздоровались» - И. п. Лежа на полу, сесть, хлопнуть ладошкой по скамейки, потянуться. 1-3 раза.

2.«Топотушки» - И. п. Сидя на полу согнуть ногу в колене и постучать ступней по скамейке. 4 раза.

3.«Улитка» - И. п. Сидя верхом на скамейке двигаться, вперед помогая себе руками. 6 раз.

4.«Хромоножка» - И. п. Одна нога на скамейке, другая на полу, двигаться вперед, не убирая ногу со скамейки. 6 раз.

5. «Холодный ручей» - И.п. Стоя на скамейке двумя ногами, двигаться, вперед опуская поочередно ногу. 2 раз.

6«Филин» - И. п. Стоя на скамейке, присесть на сигнал. 2 раза.

7.«Радуюсь» - И. п. Стоя на скамейке делать повороты вокруг себя, сохраняя равновесие. 6 раз.

А сейчас мы перейдем к эстафетам. Кто же у нас быстрый и ловкий?

Основные виды движений.

Эстафета «Кенгуру».

Дети делятся на две команды. У первых участников между коленями зажат мяч. По сигналу первые участники прыгают на двух ногах до поворотной стойки. Затем с мячом в руках бегом возвращаются к своим командам, передав мяч следующему участнику, встают в конец колонны. Следующие участники выполняют те же действия.

Эстафета «Прыжки на больших мячах»

(Допрыгать на мяче вокруг кубика и обратно).

Эстафета «Доберись до флажка»

Пролететь в обруч, перепрыгнуть через гимнастические палки, подбежать к стулу, взять флажок и помахать добежать до своей команды и передать эстафету следующему участнику.

Инструктор по физической культуре:

Молодцы, ребята, обе команды справились с заданиями быстро и ловко.

Инструктор по физической культуре:

Наше путешествие на стадион Здоровья подошло к концу.

Появляется Карлсон.

Карлсон: А вы про меня забыли? Вы же знаете, как я люблю сладости.

Инструктор по физической культуре:

Конечно же, Карлсон, мы про тебя не забыли. Ты нам помогал и вот тебе банка варенья и пачка печенья. Кушай на здоровье! И ребят угости сладостями.

Вот и закончился наш праздник. Поаплодируем нашим чемпионам и наградим их медалями, а ты Карлсон мне поможешь. Вот ребята вы получили свои награды, и мы с вами возвращаемся к себе домой в детский сад.

Почетный круг всех участников под музыку.