

И.И. ШУВАЛОВА
Е.В. ФЕДУРУК
О.В. ПОДЛЕВСКАЯ

Лучшие сценарии по физкультуре

МЕТОДИЧЕСКИЕ РАЗРАБОТКИ
(ИЗ ОПЫТА РАБОТЫ ИНСТРУКТОРОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЕТСКИХ САДОВ
Г. ИРКУТСКА И ИРКУТСКОГО РАЙОНА)

Иркутск, 2020

УДК 796.011
ББК 75.116
Ш95

Рецензенты:

КАНД. ПСИХОЛ. НАУК, ДОЦЕНТ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ИНСТИТУТА ФГБОУ ВО «ИРКУТСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ» ***В.И. ПЕРКЕ,***
КАНД. ПЕД. НАУК КАФЕДРЫ СОЦИОЛОГИИ И ПСИХОЛОГИИ ФГБОУ ВО «ИРКУТСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ» ***Л.А. ЛАРИОНОВА***

Авторы:

ИНСТРУКТОР ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ Г. ИРКУТСКА ***И.И. ШУВАЛОВА;***
ИНСТРУКТОР ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ С. ХОМУТОВО ***Е.В. ФЕДОРУК;***
ИНСТРУКТОР ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ Г. ИРКУТСКА ***О.В. ПОДЛЕВСКАЯ***

Ш95 **Шувалова И.И., Федорук Е.В., Подлевская О.В**

ЛУЧШИЕ СЦЕНАРИИ ПО ФИЗКУЛЬТУРЕ : методические разработки (из опыта работы инструкторов по физической культуре детских садов г. Иркутска и Иркутского района). – Иркутск : Изд-во ИРНТУ, 2020. – 158 с.

Данные авторские разработки обогатят профессиональную деятельность инструкторов по физической культуре дошкольных образовательных организаций и будут способствовать творческому и профессиональному росту специалистов в области физической культуры. Методические материалы окажут весомую помощь при подготовке и проведении тематических недель.

Авторское право защищено. Копирование и распространение материалов без разрешения авторов запрещено.

Издается в авторской редакции
Дизайн и верстка О.Н. Вагнер
Отпечатано в Издательстве
ФГБОУ ВО «Иркутский национальный
исследовательский технический университет»
664074, г. Иркутск, ул. Лермонтова, 83
Подписано в печать 26.03.2020. Формат 60 x 90 / 8.
Бумага офсетная. Печать цифровая. Усл. печ. л. 20,75.
Тираж 500 экз. Зак. 30к.

© Шувалова И.И., Федорук Е.В.,
Подлевская О.В., 2020

ОГЛАВЛЕНИЕ

	ВВЕДЕНИЕ	4
1.	А ну-ка, папы!	5
2.	ДЖЕНТЛЬМЕН – 2020	8
3.	ЗИМНИЕ ЗАБАВЫ	12
4.	23 ФЕВРАЛЯ	14
5.	РОССИЯ – РОДИНА МОЯ!	18
6.	ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ	23
7.	СПОРТИВНЫЕ ЭКО-ЧЕЛОВЕЧКИ	25
8.	ТЕРЕМ-ТЕРЕМОК	31
9.	СОЛДАТЫ ПОБЕДЫ!	34
10.	МЕШКОМЯЧ	36
11.	ЦВЕТОК ЗДОРОВЬЯ	40
12.	В ПОХОД ЗА ПРИКЛЮЧЕНИЯМИ	44
13.	ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ МУХИ-ЦОКОТУХИ	48
14.	БОБИК В ГОСТЯХ У РЕБЯТ	51
15.	В ГОСТИ К ЗАЙКЕ	54
16.	В ГОСТИ К ИГРУШКАМ	56
17.	ВЕСЁЛОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ	59
18.	ТОП, ТОП, ТОПАЕТ МАЛЫШ	62
19.	ЗИМУШКА-ЗИМА	64
20.	МЫ ЗА СОЛНЫШКОМ ШАГАЕМ	66
21.	МЫ РАСТЁМ ЗДОРОВЫМИ	68
22.	МЯЧИК КРУГЛЫЙ ЕСТЬ У НАС	70
23.	ПОМОГИ ЗАЙКЕ ВЫЗДОРОВЕТЬ	72
24.	ПУТЕШЕСТВИЕ В СКАЗОЧНЫЙ ЛЕС	75
25.	ПУТЕШЕСТВИЕ В СТРАНУ СКАЗОК	77
26.	КАК ПРЕКРАСНО СЛОВО МАМА!	79
27.	ТЫ МАМА. ЗНАЧИТЬ ЛУЧШЕ ВСЕХ!	82
28.	ЧЕЛОВЕК. ЗНАКОМСТВО С ТЕЛОМ	85
29.	ЧТОБЫ СИЛЬНЫМ, ЛОВКИМ БЫТЬ, БУДЕМ В АРМИИ СЛУЖИТЬ!	89
30.	ДЕНЬ ЗАЩИТНИКОВ ОТЕЧЕСТВА!	94
31.	ЗАРНИЦА	99
32.	СОЛНЦЕ В ГОСТИ К НАМ ПРИШЛО	104
33.	ЗДРАВСТВУЙ, ЛЕТО!	107
34.	ПОБЕДА БУДЕТ ЗА НАМИ!	111
35.	РОССИЙСКИЕ ВОЙСКА	114
36.	ПРАЗДНИК НА ВОДЕ	120
37.	СЦЕНАРИЙ МАЛЫХ ОЛИМПИЙСКИХ ИГР	123
38.	СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	131
39.	ПРИЛОЖЕНИЕ	132

ВВЕДЕНИЕ

В данном сборнике, представлены сценарии и авторские разработки физкультурных занятий, развлечений и праздников, довольно большого количества авторов – инструкторов по физической культуре г. Иркутска и Иркутского района. Этот опыт работы с детьми по физическому воспитанию, показывает творческий характер профессиональной деятельности данных инструкторов. Разработанные таким образом занятия и развлечения, имеют игровую и сюжетную направленность, что является важным, определяющим моментом в процессе обучения детей двигательным навыкам.

Подобранные игры и сюжеты, соответствуют возрастным особенностям детей и программному содержанию.

Каждый инструктор, проработавший не один год с дошкольниками, находит свои приёмы, интересные упражнения, игры и эстафеты для успешного обучения детей различным двигательным навыкам. Этим опытом мы и делимся на страницах данной книги. «Движение, как таковое, может по своему действию заменить любое лекарство, но все лечебные средства мира не в состоянии заменить действие движения», – так писал ещё в 18 веке знаменитый врач Тиссо.

Хочется надеяться, что сборник окажет неоценимую помощь при проведении различных форм активного обучения и отдыха дошкольников.

Благодарим

инструкторов по физической культуре приславших свои авторские разработки: Галину Спартаковну Бучинскую, МДОУ ИРМО, с. Урик; Юлию Юрьевну Серебренникову, МБДОУ детский сад «Берёзка» № 127, г. Иркутск; Елену Васильевну Харьковку, г. Краснодар.

А НУ-КА, ПАПЫ!

Зал нарядно оформлен. Входят дети вместе с папами, маршируя под фонограмму песни «Богатырская сила», музыка А. Пахмутовой, слова Н. Добронравова.

Инструктор: Здравствуйте, гости! Поздравляю нашу мужскую половину с праздником.

Дети: читают стихи по очереди.

Мы любим армию свою,
Она – большая сила.
Она, бесстрашная в бою,
Всех недругов разбила.

И песни мы о ней поем,
О доблестных походах.
Она хранит наш мирный дом,
Покой и труд народов.

Родная армия сильна,
В боях не победима.
На страже Родины она
Стоит несокрушимо.
(В. Сосюра)

Дети исполняют песню «**Бравые солдаты**», музыка А. Филиппенко, слова Т. Волгиной.

Инструктор: Мы сегодня собрались, чтобы отметить День Защитника Отечества и поздравить наших пап, дедушек и мальчиков с замечательным праздником. Мы подготовили для них конкурсы с девизом: «А ну-ка, папы!». Хотим, чтобы было весело и празднично.

А в жюри у нас... *(Объявляет членов жюри – мам, чьи мужья не участвуют в конкурсе).*

Итак, первый конкурс «**Почисти картошку**». Пусть папы покажут, как они умеют сражаться с овощами. *(Каждому папе предоставляют место для чистки картошки. Результаты оценивает жюри).*

Следующий конкурс «**Пройди полосу препятствий**»

Мы оценим скорость и спортивную подготовку наших пап.

(Дети и папы выстраиваются в две команды. Перепрыгивают через барьер, пролезают в туннель и, вернувшись обратно, передают эстафетную палочку следующему участнику).

Предлагаю нашим спортсменам присесть и отдохнуть – мы читаем вам стихи. *(Дети читают стихотворения, ранее разученные с педагогом группы).*

Продолжает наш конкурс, **следующее испытание – на ловкость**. *(Участники с помощью детской клюшки стараются довести воздушный шарик до отметки и, вернувшись обратно, передают клюшку следующему. Участники присаживаются на стулья).*

Инструктор: Уважаемые гости, к этому празднику наши детки специально выучили песню. *(Дети исполняют «песенку про папу», муз. В. Шаинского, сл. М. Танича).*

Следующий конкурс на самого смешного папу

Дети и папы выстраиваются в команды, проводится «Смешная эстафета». Участники перед тем, как бежать к отметке, надевают юбку и шляпу. Прибежав обратно, передают одежду следующему конкурсанту. Папы могут бегать в паре с детьми. После конкурса все присаживаются на стулья.

Инструктор: Веселье продолжается. Теперь мы приглашаем пап посостязаться в танцевальном конкурсе, вставайте в пары и начинайте танцевать. *(Проводится соревнование «Кто быстрее». Под музыку папы по двое танцуют вокруг пары стульев, между которыми протянут канат. Когда музыка выключается, участники занимают стулья и тянут канат не себя. Побеждает тот, кто выполняет его первым).* Настало время проверить, как быстро вы окажете помощь другу в беде. Приглашаю всех участников построиться в две колонны парами.

(Проводится подвижная игра «Перенеси пострадавшего». Папы и дети парами переносят «пострадавшую» куклу на носилках до «больницы» и возвращаются обратно).

Инструктор: Спасибо всем участникам. Наши девочки время даром не теряли и приготовили для вас сюрприз. *Девочки исполняют частушки.*

Запевай, моя подружка, Подпою тебе и я. Мы с веселою частушкой Неразлучные друзья.	Я папулечку люблю, Как конфетку сладкую. Его ничем не заменю, Даже шоколадкою.
Если папа грустит, У меня печальный вид. Ну, а если улыбнется, Сердце радостно забьется.	А мой папа всех добрей, Любит всех моих друзей. Кашу манную нам сварит, Мыть посуду не заставит.
Лучше папы человека В целом мире не сыскать. Гвоздик он забить сумеет И белье прополоскать.	А мой папа всех умнее, А мой папа всех сильнее. Знает, сколько пять плюс пять, Штангу может поднимать.
А мой папа просто класс! Скоро выкупит КаМАЗ, Будет он меня катать И научить управлять (хором). Милые папулечки, Наши дорогулечки! От души вас поздравляем, Всего лучшего желаем!	А мой папа круче всех – Бизнес процветает. И поэтому нам с мамой Он подарки дарит.

Инструктор: Наши соревнования подходят к концу. Предлагаю, пока жюри будет подсчитывать завоеванные баллы, поиграть с гостями.

Ведущая и дети выводят на сцену всех родителей и выстраивают их в две команды парами.

Проводится подвижная игра «Перенеси воздушный шар». Пары на уровне живота без рук держат воздушный шарик. Им нужно пронести шарик до условленного места и обратно, не дотрагиваясь до него руками.

После игры все рассаживаются на места.

Инструктор: Спасибо всем участникам. Настало время получать призы! Слово вам, уважаемое жюри.

Жюри подводит итоги, награждает участников и раздает угощения.

ДЖЕНТЛЬМЕН – 2020

Возраст: 4–7 лет

*Ирина Ивановна Шувалова,
инструктор по физической культуре,
г. Иркутск*

Цель: Формировать правильную осанку, выполнять движения осознанно, развивать опорно-двигательный аппарат, легко владеть своим телом. Уметь анализировать, контролировать и оценивать движения свои и сверстников. Укреплять дыхательную мускулатуру с помощью дыхательных упражнений.

Задачи: 1. Воспитывать справедливость, честность, дружелюбие организованность. 2. Воспитывать интерес к выполнению движений и потребность в здоровом образе жизни.

Инструктор: Здравствуйте! Здравствуйте! Здравствуйте!

Словом, «здравствуйте» хотим пожелать вам здоровья!

Сегодня мы проводим спортивный праздник для наших мальчиков.

А называется он «Джентльмен – 2020». Встречайте участников!

(Под марш дети входят в зал, идут через центр зала по одному и расходятся на полукруг).

1 участник. Мы наше шоу открываем! Вас всех на праздник приглашаем! Посмотрите вы на нас! Мы споем для вас сейчас.

(Песня на мотив «Трус не играет в хоккей».

Инструктор: наших Джентльменов будут оценивать жюри. Представляю: _____

Обратите внимание, жюри будет оценивать каждого участника.

2 участник. Жюри заранее благодарим и в честности не сомневаемся. Сегодня все мы победим, довольными останемся.

Все вместе. Девчонки не жалейте рук! В победе вы наш первый друг!

Инструктор: Первый конкурс – «Тревога». Проверим вас на боевую готовность.

Инструктор: Ребята, вы должны быстро и аккуратно за 1 минуту переодеться в спортивную форму и вернуться в зал. За направляющим шагом марш!

Музыка...

Зрители выполняют дыхательные упражнения: «Ладшки», «Кошечка», «Обними плечи» А.Н. Стрельниковой.

(В группе рядом с залом, расставлены стулья на каждого участника, на стуле лежит личная физкультурная форма).

Инструктор: Пока джентльмены переодеваются, девчонки-хулиганки с гр. № 11 станцуют нам Рок-н-ролл.

Танец – «Рок-н-ролл»

Молодцы девчонки-хулиганки. Оставайтесь у нас на празднике.
(Вернулись мальчики)

Инструктор: Боевая готовность у вас отличная! Молодцы! Перед боем надо нам сделать разминку.

Разминка ... Танец

(После танца дети не расходятся)

Инструктор: Танцевали просто замечательно. Давайте выполним дыхательное упражнение и пройдем на свои места.

Дыхательное упражнение – «О-А»

И. п.: ноги слегка расставлены, руки в стороны.

1 – вдох-поворот вправо руками крепко обнять себя за плечи (ноги не сдвигать с места);

2 – туловище развернуть прямо, руки в стороны и громко произнести звук «О»;

3 – повторить в левую сторону;

4 – произнести звук «А».

Дозировка 3–4 раза.

2 девочка: Второй конкурс – «Меткий глаз». Проверим, как вы умеете попадать в цель.

Инструктор: Вам надо забросить кольцо на кеглю -3 раза и попасть в погремушку – 3 раза.

(Приглашаются на старт 4 участника – по команде инструктора набрасывают кольцо на кеглю (с расстояния 1,5 метра) – 3 раза, и сразу метают в цель (мешочек весом 100 гр.) – 3 раза.)

Дети выполняют дыхательные упражнения: «Большой маятник», «Насос» А.Н. Стрельниковой.

1 девочка: Третий конкурс – «Мистер равновесие»

Инструктор: Нужно пройти по гимнастической скамейке с мешочком на голове руки в стороны и не уронить его.

(Выполняется по одному, сразу на двух скамейках. Первый участник прошел, быстро передал мешочек второму и т. д. (мешочек весом 250 гр.)).

Инструктор: А сейчас нужно выполнить упражнения на равновесие, «Ласточка» и «Цапля» (*показать*) по 4–5 чел. «Ласточка», затем «Цапля» на одной ноге с закрытыми глазами – счет до пяти.

Музыка (когда ребята выполняют, звучит легкий вальс).

2 девочка: Следующий конкурс «Мистер Ловкость»

(По центру кладем ленточку, ленточку делим пополам и отмечаем середину, от ленточки (от каждого конца на расстоянии 2 метра ставим кегли). Вызываем участников, они встают по концам ленточки и каждый смотрит на свою кеглю, впереди стоящую. По сигналу дети оббегают свою кеглю и стараются первыми схватить ленточку. Кто с ленточкой, получает балл.

Инструктор: По моей команде оббегаете свою кеглю и стараетесь первым схватит ленточку.

1 девочка: Конкурс «Мистер Сила»

Инструктор: Задание не простое. Вам надо отжаться от пола как можно большее количество раз за 30 секунд (На старт вызывается по 4 участника) Дети выполняют дыхательные упражнения: «Погончики», «Рок-Н-ролл» А.Н. Стрельниковой.

Инструктор: Молодцы силачи, отдохните и на гостей посмотрите.

2 девочка: К нам приехали Джентльмены из Англии, они хотят поздравить наших участников. Встречайте.

Танец. Выступление группы № 5.

Инструктор: А теперь узнаем результаты.

Жюри – подведение итогов и награждение. (Девочки вручают подарки). Джентльменам, занявшим 1, 2, 3, место – дипломы, остальным участникам – грамоты. Всем участникам – по футбольному мячу.

Инструктор: Спасибо, жюри! Спасибо вам, ребята! Вы очень умело справились с заданиями, растите сильными, смелыми, мужественными и добрыми! Уважаемые гости! Давайте аплодисментами поздравим Джентльменов! И пусть они первые выйдут из зала.

Звучит муз. Дети обходят круг почета и выходят из зала.

Критерии оценивания:

1 конкурс «Тревога»

2 балла – быстро, аккуратно;

1 балл – ошибки.

2 конкурс «Меткий глаз»

Сколько попаданий столько и баллов.

3 конкурс «Равновесие»

Ходьба по скамейке с мешочком на голове.

2 балла – не уронил мешочек, спину держал прямо;

1 балл – 1 раз уронил мешочек;

0 баллов – более 1-го раза уронил мешочек.

«Ласточка»:

2 балла – всё правильно;

1 балл – ошибки;

0 баллов – не справился.

«Цапля»

2 балла – простоял на одной ноге на счет 5 с закрытыми глазами;

1 балл – ошибки;

0 баллов – не справился.

4 конкурс «Ловкость»

2 балла – выиграл;

0 баллов – проиграл.

5 конкурс «Богатырская сила»

Сколько отжиманий – столько и баллов.

ЗИМНИЕ ЗАБАВЫ

Возраст: 4–7 лет

*Ольга Вадимовна Подлевская,
инструктор по физической культуре,
г. Иркутск*

Физкультурно-игровой праздник для старших дошкольников. Дети подготовительных групп входят в спортивный зал под музыку и выстраиваются.

Ведущий: Ребята, мы собрались сегодня с вами на спортивный праздник.

«Зимние забавы»

Пришла Зима, оделись в белое дома.

Стоят деревья в шапках белых.

Зима – для сильных, ловких, смелых.

Сегодня соревнуются две команды: «Снеговики», «Снежинки».

Приветствие команд: Дети садятся на скамейки. Слышится стук в дверь, появляется Снеговик с письмом.

Снеговик:

Я, ребята, Снеговик. К снегу, холоду привык.

Вы слепили меня ловко, вместо носа тут морковка.

Уголки вместо глаз. Снеговик я не простой, любопытный, озорной.

Знать хочу я, чем ребята занимаются зимой.

А еще, ребята, у меня для вас письмо, только я забыл от кого.

Ведущий: (загадывает загадки).

1. Постелил кто из метели. Всюду мягкие постели?
2. Кто, друзья, с большим трудом, спрятал речку подо льдом?
3. По утрам в рассветной мгле, кто рисует на стекле?
4. Кто повесил на карниз все сосульки сверху вниз?

Снеговик: Правильно, ребята. Это письмо от **Деда Мороза**. Письмо не простое, с заданиями:

– Если хочешь стать умелым, ловким, быстрым, сильным, смелым.

Никогда не унывай, в цель снежками попадай.

В санках с горки быстро мчись и на лыжи становись!

Ведущий: Спасибо тебе, **Снеговик** – **почтовик**, присаживайся. Мы обязательно выполним задания **Деда Мороза**.

Итак, ребята, начинаем наши «Зимние забавы» и первый конкурс:

1. Конкурс капитанов – **Собери снежки**. (Кто больше насобирает снежков из-под «ёлочек»). По всему спортивному залу расставлены спортивные конусы –

«елочки», под которыми спрятаны снежки в разном количестве. Кто из капитанов насобирает большее количество снежков, тот и победил.

2. Второй конкурс – «**Меткий глаз**» (попасть снежком в бубен).

Ведущий: Зимой обычно холодно, поэтому наш следующий конкурс для болельщиков «**Кто быстрее оденется**».

3. **Снеговик** загадывает загадку: бегут по дорожке доски да ножки (**лыжи**). Следующий наш конкурс называется **Лыжники**. Кто быстрее пробежит свою дистанцию на лыжах (пластиковые бутылки).

4. «**Переправа на льдинах**» (льдины- массажные коврики, на которых переправляется вся команда – кто быстрее).

5. «**Хоккеисты**» (с участием родителей).

Снеговик: Из спортивной жизни всей, обожаю я хоккей. Мне бы клюшку и ворота, шайбу так забить охота. Провести шайбу между елочками (3 ч.) и забить её в ворота.

6. «**Сосульки**» (участвует вся команда).

Ведущий: Высоко на горке висят сосульки в ведерке. Кто сосульку заберет – тот победу принесет. На шведской стенке висят «сосульки» по количеству участников. Кто быстрее соберёт «сосульки».

7. «**Гонки на санях**» (с участием родителей). Каждый родитель сажает своего ребёнка на санки-ледянки и везёт до определённого места.

Соревнования заканчиваются. Жюри подводят итоги. В это время девочки-гимнастки танцуют танец с лентами. Прощание **Снеговика** с детьми:

Чтоб зимою не хворать, надо закаляться,
на коньках выступать и с горы кататься.

Ведущий: Пусть мороз трещит, вьюга в поле кружит. Будьте все спортсменами и не бойтесь стужи!

Жюри награждает команды и всех участников медалями.

23 ФЕВРАЛЯ

Возраст: 4–7 лет

*Ирина Ивановна Шувалова,
инструктор по физической культуре,
г. Иркутск*

Дети под музыку входят в спортивный зал в колонне по одному, в каждой руке по флажку, разных цветов. Проходят по периметру зала, по команде инструктора идут через середину зала и расходятся одни вправо, другие влево, встречаются, идут парами, одна пара вправо, другая влево, встречаются и идут четверками держась за руки-руки вытянуты в стороны для того чтобы получилось 4-е колонны. Выстроившись в 4-е колонны, опускают руки, маршируют на месте. По окончании музыки останавливаются.

Инструктор: Друзья! День нашей Армии сегодня! Сильней её на свете нет. Привет защитникам народа. Российской армии – ПРИВЕТ!

1 Ребенок: Вам уютно в зале нашем? Мы споем для вас и спляшем. Всех мужчин мы поздравляем! Папы в сборе? Начинаем! Выполняют упражнения с флажками под вальс (заранее выученный).

2 Ребенок: Отважных, сильных и весёлых мужчин сегодня поздравляем. И в день защитника Отечества -здоровья, радости желаем!

3 Ребенок: У нас сегодня день особый для мальчишек и мужчин. День защитника Отечества, знает каждый гражданин! (Звучит марш, дети четверками, одна за другой расходятся, перестраиваются в одну шеренгу, на заранее отведенное место, походу, когда дети идут в шеренгу, сдают ленточки воспитателю).

Появляется НЕЗНАЙКА

Незнайка: Вот это да! Во попал! Что здесь происходит! Доложите обстановку! Незнайка ждет ответа!

Инструктор: Незнайка, а ты разве не знаешь, что сегодня мы отмечаем день Защитника Отечества!

Незнайка: а что это такое? это что-то вкусное?

Инструктор: Дети скажите Незнайке, а что это за праздник День защитника Отечества? **Ответы детей.....**

Инструктор: Раньше этот праздник назывался День Советской Армии и Военно-Морского флота. А сейчас он называется так (День защитника отечества) потому-то **защитниками отечества** могут быть и мальчики, и девочки.

Инструктор: Чтоб здоровье крепкое, было у ребят ведь мальчишка – это будущий солдат. И сейчас мы с вами будем готовить наших ребят и тебя, Незнайка, в солдаты, а папы будут нам помогать! Готовы?

На разминку все встаём, части тела разомнем!

(Дети и родители встают врассыпную по залу, Незнайка тоже находит себе место среди ребят).

РАЗМИНКА: Под музыку «Салажата» (описание см. Приложение).

Инструктор: Молодцы! К выполнению боевых заданий готовы? Становись в 2 шеренги – мальчики налево, девочки направо (если детей мало строим в 1 шеренгу), **звучит взрыв – шумовой эффект – музыка.**

Инструктор: Дети, нам срочно надо доставить боеприпасы солдатам. Ребята, вы понимаете, что с боеприпасами нужно обращаться осторожно. Незнайка, а ты знаешь почему? (нет, не знаю)

Дети: Ответы.....

Инструктор: Передавать будем аккуратно, не роняя на пол.

Эстафета 1 «Передача боеприпасов»

Ящик с кеглями (это боеприпасы) стоит у первого участника, а пустой ящик стоит в конце шеренги последнего участника. Дети по сигналу передают кегли из рук в руки до пустого ящика. Кто вперед, тот и выиграл.

Инструктор: Спасибо вам, ребята! Помогли солдатам! Теперь они могут дальше охранять нашу Родину! Незнайка, ты научился передавать боеприпасы?

Незнайка: Да! Мне так понравилось! Я еще хочу!

Инструктор: Мы с ребятами тебя еще научим многому. Правда, ребята? Будущие солдаты должны знать не только военные премудрости, но и многое другое, например, ездить на автомобиле. Я предлагаю с вами провести игру «Цветные автомобили» (Папы и Незнайка с нами).

Эстафета 2 «Цветные автомобили»

Дети подходят к воспитателю и берут рули (крышки от майонеза среднего размера разных цветов) и встают в шеренгу на центральной стороне зала. По сигналу под музыку дети двигаются по залу, выполняя задания инструктора во время остановок. В гараж – дети все выстраиваются в шеренгу у центральной стены.

Инструктор: Ну, что, шофёры, накатались? Понравилось? А тебе Незнайка?

Незнайка: Мне так понравилось. Я обязательно покажу эту игру Винтику и Шпунтику? А я могу уже быть солдатом?

Инструктор: А давай спросим у ребят. Ребята! Незнайка готов быть солдатом?

Дети: ...Нет, надо еще тренироваться.

Инструктор: А зачем нам всем надо тренироваться?

Дети: Ответы.....

Инструктор: Правильно ребята! Все ваши ответы верны!
Солдаты должны быть смелыми, выносливыми, сильными, спортивными.
Незнайка, ты понял, зачем мы это все делаем?

Незнайка: Конечно, понял.

Инструктор: А теперь нам необходимо подкрепиться и следующая эстафета называется «Яблоки для солдат»

Эстафета 3 «Яблоки для солдат»

Две колонны. По прямой от колонны стоят кегли через небольшое расстояние 3–4 шт., на расстоянии от колонны 3–4 метра корзина с яблоками (мячи маленькие). Надо змейкой пробежаться до полной корзины взять яблоко (мяч маленький) и вернуться обратно, встать в конец колонны – яблоко остаётся в руках.

Инструктор: Молодцы! Яблоки взяли! А теперь надо их отправить солдатам. Вот и машина подъехала. Забросим яблоки в машину и готово!

Эстафета 4 «Забрось яблоко в корзину»

Дети встают в большой круг, инструктор берет корзину на колесиках и встаёт в центр круга. Расстояние от корзины до ребёнка 1–1,5 м. Дети по одному забрасывают яблоко (мяч) в корзину. В конце все кричат УРА! Корзина (машина) уезжает.

Инструктор: Вот и отравили угощение для солдат. А сейчас каждый из вас попробует быть настоящим солдатом.

Эстафета 5 «Меткий глаз» (попади в цель)

Разложить обручи по прямой через небольшое расстояние.
Перепрыгнуть из обруча в обруч до места, где находится оружие (лучевой пистолет). Попасть лучом в цель с расстояния 1 метр. И вернуться бегом обратно.

Инструктор: Вы, ребята. были большие молодцы, хорошо потрудились.
Пора и привал сделать (дети садятся на скамейки).

Эстафета 6 гр. «Ласточки» (поют песню «Быть мужчиной» и частушки)

Инструктор: Незнайка? Ты теперь знаешь кто такой солдат?

Незнайка: Теперь я точно знаю, кто такой солдат и чем он должен заниматься. Я готов пойти в Армию. И хочу быть сильным, смелым, ловким, как и вы. И шляпу хочу такую как у вас.

Инструктор: Ребята, а у вас на голове, разве шляпы?

Дети: Ответы. Нет, на голове у нас пилотки их носят солдаты.

Инструктор: Будущие солдаты! Принять решение! Незнайка достоин солдатской пилотки.

Ответы детей: Да!

(Дети дарят пилотку. Незнайка меняет свою шляпу, выправку и отдает воинское приветствие. Я готов служить в Армии. Становись за мной).
Звучит музыка все маршируют за Незнайкой по периметру зала. По сигналу инструктора остановка.

Инструктор: Отряд солдат, за праздничный стол, в группу, Марш!

РОССИЯ – РОДИНА МОЯ!

(посвященный дню России 12 июня)
Возраст: 3–7 лет

*Ирина Ивановна Шувалова,
инструктор по физической культуре,
г. Иркутск*

Цель: Закрепить знание геральдики родной страны.

Задачи: Закрепить понятие «Флаг», «Герб», «Гимн» – символы нашей страны; способствовать **развитию чувства гордости**; воспитывать в детях уважение и любовь к своей **Родине**, русскому народу; активизировать речь и словарный запас; **развивать** эстетическое восприятие, интерес, любовь к музыке; воспитывать умение слушать музыку и эмоционально на неё откликаться; способствовать формированию навыков исполнения танцевальных движений, вызвать желание активно участвовать в эстафетах и играх.

Дети вместе с инструктором (в руках флаг России), входят в зал под муз. № 1 «Торжественный марш» выстраиваются полукругом.

Инструктор: Здравствуйте, дорогие ребята! Мы очень рады видеть вас! 12 июня наша страна отмечала день рождения России! Мы с вами отправимся в путешествие по родному краю. И вы узнаете очень много интересного. А путешествовать будем на поезде. За мной, становись, никто не отстаёт, в ногу со всеми идёт.

Звучит музыка под № 2. «Росиночка-Россия, родная ты моя!». Дети идут за инструктором по периметру зала, змейкой, выполняя танцевальные движения на припев, музыка.

Инструктор: Вот мы и прибыли на первую станцию. А называется она «**Флаг России**». Ребята, кто из вас знает, **что такое флаг?**

Флаг — это полотнище, которое состоит из трех полос: белый, синий, красный. Государственный флаг – важный символ страны. В торжественные и праздничные дни флагами украшают дома и улицы. Флаг – защищают и берегут.

Кто знает «**Что означают цвета российского флага?**»

(Когда дети ответили на вопросы, подводим итог, читая стихотворение).

Государственный флаг Российской Федерации!

Флаг у нас прекрасный – белый, синий, красный!

Белый-мир и чистота, синий-верность, небеса!

Красный-мужество, отвага, вот цвета родного флага!

Молодцы! А сейчас поиграем.

Эстафета «Выложи флаг России» (музыка под № 2 «Чтобы тело и душа были молоды»)

Дети строятся в 2 команды, кол-во детей не ограничено. На расстоянии 2 метра от команд лежит обруч по центру один на 2 команды и в нем находятся полоски цветной бумаги – цвета флага, 2 полоски белого цвета, 2 – синего, 2 – красного. Напротив каждой команды на расстоянии 3-4 метра лежат обручи небольшого размера для выкладывания флагов, дети по команде бегут по одному к обручу где лежат полоски бумаги, и выбирают любой цвет, и бегут до обруча где надо выкладывать флаг, кладут полоску, возвращаются, передают эстафету, и встают в конец колонны. Когда флаг будет выложен, все смотрим правильно или нет. Инструктор с воспитателем кладут обратно листы в обруч, и следующие дети продолжают игру. И так, пока все не проиграют.

Эстафета «Подними флаг» (музыка под № 3. «Росиночка Россия»)

2 команды, кол-во детей не ограничено. На расстоянии 3 метра от команды лежат обручи, и в них лежит по одному флагу. Напротив каждой команды находится 2 дуги для подлезания на небольшом расстоянии друг от друга. Рядом с обручем лежат диски здоровья. По сигналу дети подлезают под дуги бегут до обруча, берут флаг встают на диск здоровья и, двигаясь на диске, машут флагом и кладут его на место, возвращаясь передают эстафету следующему участнику и встают в конец колонны.

Инструктор: Молодцы, ребята! Вы на отлично справились с заданием. Садитесь на свои места.

Вопрос: Что такое Герб?

Ответ: Герб – это эмблема государства или города.

Вопрос: Назовите, что является гербом России?

Ответ: Гербом России является золотой двуглавый орёл, на фоне красного щита. Орёл – символ вечности.

Задание: Из фрагментов составьте герб России (пазлы).

Инструктор: А мы, продолжаем наше путешествие. Становись!

(Звучит музыка под № 4 О. Газманова «Россия». Делаем круг по залу, змейкой (змейку каждый раз меняем в направлении и останавливаемся).

Мы прибыли на станцию «Гимн России».

Инструктор: Ребята, кто знает «Что такое гимн?»

Гимн – это торжественная песня или мелодия. **Как нужно слушать гимн?**

Гимн слушают стоя, мужчины – без головных уборов, проявляя тем самым уважение к главной песне своей Родины.

Где исполняется Гимн?

В торжественных случаях, на государственных праздниках, военных парадах, при подъёме флага и во время спортивных соревнований исполняется государственный гимн.

Дети слушают Гимн стоя (музыка под № 5 «Гимн России»).

Инструктор: Наше путешествие продолжается. Становись.
(Звучит музыка под №6 «Закаляйся, водой холодной умывайся»).

Станция «Моя Родина – Россия»

Инструктор: Россия. Родина. Это священные для русского человека слова. Кто знает «**Откуда же произошло слово Родина?**» Слово Родина произошло от древнего слова род.

Викторина

Как сейчас называется наше государство? (Российская Федерация)
Назовите столицу нашей Родины России? (Москва)
Назовите Президента России. (Владимир Владимирович Путин)

Игра на внимание «Я живу в России»

Инструктор поднимает белый флажок, дети кричат «**Я**».
Поднимает синий флажок, дети кричат «**ЖИВУ**».
Поднимают красный флажок, дети кричат «**В РОССИИ**».
Можно менять флажки.

Игра «Мирное небо»

Воспитатель с инструктором держат голубую ткань, на счет 1–2–3 ткань поднимают вверх, а дети пробегают под тканью. Пока ткань наверху, дети должны пробежать на другую сторону. Игра повторяется несколько раз.

Инструктор: Наше путешествие продолжается, по вагонам.

Звучит музыка под № 7 «Россия»: двигаемся по залу под музыку.

Мы прибыли на Станцию «Русские пословицы».

Инструктор: На этой станции мы с вами вспомним русские пословицы. Я буду вам называть пословицы, но не до конца, а вы дополните.

1. Дома и стены помогают.
2. Где родился, там и пригодился.
3. Родина – мать, умей за неё постоять.
4. В гостях – хорошо, а дома – лучше.
5. Каждый кулик хвалит свое болото.
6. Одна у человека мать, одна у него и Родина.
7. Береги землю родимую, как мать любимую.

9. Человек без родины, что птица без песни.

Инструктор: Наше путешествие продолжается, по вагонам.

Звучит музыка под № 8 «У России – реснички»: двигаемся по залу под музыку по кругу, выполняя танцевальные упражнения.

Станция «Русские сказки»

Ведущий: Ребята, вы любите читать сказки? А мы сейчас с вами проведем эстафету по сказке «Репка»

Эстафета «Репка» (муз. под № 9 «Жила была бабка»)

Инструктор читает, а дети выполняют действия.

Дети стоят в колонне по кол-ву персонажей, на расстоянии 2–3 м. от команды стоит стул для ребёнка – это репка. А сам ребёнок стоит с первым участником – дедом. По сигналу дед бежит и за руку держит ребёнка-репку и садит на стул и удивляется, возвращаясь к команде, берет следующего участника, оббегают вдвоём репку и возвращаются за следующим участником и т. д. В конце поднимают репку (ребёнок встаёт на ноги, и дети хлопают в ладони).

Задание 1 «Продолжи фразу»

Я от бабушки ушел, я от дедушки ушел...(а от тебя и подавно уйду).

В некотором царстве...(в некотором государстве).

По щучьему велению...(по моему хотению).

Несет меня лиса...(за дальние леса, за высокие горы).

И я там был мед-пиво пил...(по усам текло, а в рот не попало).

Инструктор: Наше путешествие продолжается, по вагонам.

Звучит музыка под № 9 «**Надо спортом заниматься**».

Станция «Русские игры»

Инструктор: Кто знает, почему народные игры называются народными?

Потому-что их сочиняет народ. Предлагаю вам поиграть в русские народные игры: «**Гори, гори, ясно**», «**Карусель**».

Инструктор: Ребята, наше путешествие закончилось. Садимся в поезд и возвращаемся в наш детский сад.

Музыка под № 10 «Голубой вагон»

Приехали. Ребята, давайте вспомним на каких станциях мы с вами были.

1. Флаг России, Герб.
2. Гимн России.
3. Моя Родина Россия.
4. Русские пословицы.
5. Русские сказки.
6. Русские игры.

Скажите, что у Родины самое главное? (ГИМН, ФЛАГ, ГЕРБ).

ФЛАГ какого цвета? (белый, синий, красный).

Что изображено на ГЕРБЕ? (двуглавый орел, красный щит).

Вам понравилось наше путешествие?

А что особенно вам понравилось? (опрос детей).

Инструктор: Под тёплым солнцем вырастая, мы дружно, весело живём. Россия, милая, родная, цветы и крепни с каждым днём!

До свидания, ребята.

(Под муз. № 11 «Спортивная семья» дети выходят из зала).

ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ

Возраст: 4–5 лет

*Ольга Вадимовна Подлевская,
инструктор по физической культуре,
г. Иркутск*

Задачи: Пропаганда здорового образа жизни; создание устойчивой мотивации и интереса детей к физкультурным развлечениям с помощью элементов театрализации.

Программное содержание: Закрепление ранее выработанных навыков: прыжки через обручи, бег по скамейке, бег на скорость; воспитание взаимовыручки, смелости, ловкости, силы.

Действующие лица: Волк, одетый в спортивную форму.

Атрибуты: Скамейки, флажки, модули, мячи гимнастические, 2 дуги, 4 обруча, мячи малые, большие воздушные шары.

Ход мероприятия: Дети под спортивный марш входят в зал и строятся в 2 шеренги.

Ведущий: Внимание! Внимание! Сегодня у нас праздник, посвященный Дню здоровья. Чтоб расти и закаляться, не по дням, а по часам. Физкультурой заниматься, заниматься надо нам!

Звучит музыка. Выходит, волк-спортсмен.

Волк: Здравствуйте, ребята! Физкульт-привет! Знаете, кто я? Я самый быстрый, самый ловкий, самый сильный волк. Пришел к вам на Праздник Здоровья. Ребята, а вы любите физкультуру и спорт? Я приготовил для вас несколько веселых эстафет. Но помните:

Победа сама не придет никогда.

Победу в борьбе добывают.

В победу частицу большого труда.

Задор, мастерство дополняет.

Команды готовы к соревнованиям?

Посмотрим насколько вы ловкие. Нужно переправиться через речку и не упасть.

1 конкурс «Переправа» (бег по скамейке до флажка и обратно)

Волк: У меня есть знакомые поросята Ниф-ниф, Наф-наф, Нуф-нуф. А из какой они сказки? Поросята строили домики. А какие домики построите вы?

2 конкурс «Строим Башню» (из модулей построить башню. Дети по одному бегут до флажка с деталями модуля и строят башню. Чья башня будет самой устойчивой и высокой)

Волк: У нас в лесу живут быстрые и ловкие зайцы. А вы такие же быстрые и ловкие?

3 конкурс: «Полоса препятствий» (подлезть под дуги – «кустики», прыгать из обруча в обруч)

Инструктор загадывает загадку:

Он на сметане замешен, в русской печке испечен, на окошке стужен. Кто это? (Колобок)

Волк: Колобок от меня в сказке убежал. А вы помогли бы Колобку? Посмотрим, чей колобок быстрее добежит до флажка.

4 конкурс: «Передай мяч» (дети в шеренге передают мяч до конца шеренги)

Волк: Ребята, а вы все по утрам делаете зарядку? А вот у нас в лесу все мои друзья делают зарядку по утрам. Я вас научу веселой зарядке, которая может поднять настроение даже в самый хмурый день.

Танец под песню «Веселая зарядка для зверят».

Волк: Каждую осень мы собираем в лесу яблоки и ягоды. Ведь чтобы быть здоровым, нужно не только заниматься физкультурой и закаляться, но нужно есть витамины, которых много в фруктах и овощах.

Игра «Жадные дети». Кто больше соберет мячей и удержит их.

Волк: Я вижу вы ловкие и смелые. Но насколько же вы дружные.

Игра «Огненный шар». Команды строятся в круг, подбрасывают большой воздушный шар вверх. Чей шар дольше будет в воздухе, та команда выигрывает.

Волк: Молодцы, ребята! Вы самые дружные, ловкие, быстрые. И помните всегда: Физкультурой заниматься! И водой обливаться!

Никогда не унывать! Вот здоровья в чем секрет!

Физкульт-привет!

До свиданья! Мне пора домой в сказочный лес к своим друзьям. Будьте здоровы!.

СПОРТИВНЫЕ ЭКО-ЧЕЛОВЕЧКИ

(с элементами экологии)

Возраст: 5–7 лет

*Елена Владимировна Федорук,
инструктор по физической культуре,
с. Хомутово*

Цель: Создание условий для формирования у ребенка элементов экологической культуры, экологически грамотного поведения в природе, гуманного отношения к живым и неживым объектам.

Задачи: 1. Пропагандировать занятия физическими упражнениями среди детей, максимально реализовать свои двигательные возможности на положительном эмоциональном фоне в нестандартной ситуации.
2. Формирование элементарных экологических знаний и представлений у детей. Воспитание любви к природе, чувства доброго, бережного отношения ко всему живому.
3. Воспитывать целеустремленность в достижении результата, чувства товарищества и ответственности перед коллективом.

Инвентарь и оборудование: 2 гимнастические скамейки, мультимедийная доска, магнитофон или другая аппаратура для воспроизведения музыки, презентация тематической записи песен, фонограмм и музыки на флэш-носителе; «мусор»: банки, склянки, бумажки и другой мусор; два пульверизатора – пистолета; нарисованный «Огонь» на бумаге А4 заламинированный – 2 шт.; картинки с изображением муравейника – 2 шт.; кегли по количеству детей, два мягких модуля; синие и зеленые платки для участников соревнований; шишки и грибы муляжи по 10 шт.; ориентир – 2 шт.; контейнеры для воды с изображением китов – 2 шт.; стаканы пластиковые – 2 шт., вода.

В развлечении участвуют две команды подготовительных групп по 10 детей в каждой, где мальчиков и девочек по 5. Под музыку дети проходят в зал, делают круг по залу, затем команды (2 команды – заранее распределяет воспитатель группы) садятся на стулья напротив друг друга, болельщики (дети младшего и среднего возраста) проходят к скамейкам.

Инструктор: Здравствуйте, дорогие дети! Меня зовут, Елена Владимировна, я приехала в ваш детский сад за помощью. Мне сегодня поступил тревожный звонок из страны «Весёлых человечков». Им нужна команда для спасения нашей планеты, эко-десант. Для отбора нужны быстрые, смелые и умелые.

Инструктор: Дети, вы бы хотели вступить в этот отряд, который, называется «Спортивные Эко-человечки»?

Дети: Ответы детей.

Инструктор: Для этого мне нужно провести соревнование среди вас. Выбрать команды, которые будут называться «Зелёные» и «Водники». А чтобы вас мы узнавали, вы повяжите косынки на шее зелёного и голубого цвета. Каждая команда становится рядом со своим цветовым знаком, и садится на скамейки. На мультимедиа слайд-заставка – планета Земля.

Инструктор: Зачитывает отрывок из стихотворения «Наша Земля – голубая планета, воздухом свежим и солнцем одета. Нет, вы поверьте, земли голубей, от синевы рек, озёр и морей. Горы, равнины, леса и поля – всё это наша планета Земля. Ветры поют, с облаками играя, ливни шумят. И от края до края. Вы не найдёте чудесней на свете, нашей прекрасной и доброй планеты!».

Инструктор: Но, нашей планете постоянно нужно помогать. Дети, вы готовы?

Дети: Ответы детей.

Инструктор: Дети, а судить вас честно будут наши судьи (представление...). Судейской комиссии выдаются таблицы. После каждого конкурса наши судьи будут оценивать качество выполнения задания, точность и слаженность их выполнения. За каждый конкурс команда может набрать максимум 3 смайлика, минимум 1 смайлик. Озвучиваются промежуточные результаты будут после каждого конкурса. Выигрывает команда, получившая большее количество очков. Болельщикам плакаты с лозунгами, а судьям протоколы судейства, поднос с медалями для детей и два диплома, аптечка.

Инструктор: А сейчас разомкнись, на разминку становись! Разминка выполняется под музыку песни в исполнении «Ладушки» «Так держать!». Болельщики тоже могут принять участие.

Инструктор: Молодцы, ребята, провели тренировку очень ловко. Дети посмотрите на мультимедийную доску и послушайте. У леса музыка своя...Её послушайте, друзья! (звучит муз. композ. «Малыш в лесу»). Кто с высоких темных сосен в ребятешек шишку бросил? И в кусты через пенек промелькнул, как огонек? (Белка).

Дети: Ответы детей. На мультимедиа картинка – белка.

Инструктор: Правильно, а сейчас задание. Вы поможете белкам заготовить на зиму запасы, которые помогут им перезимовать. Вы должны перенести шишки и грибы в дупло. Эстафета парная, мальчик и девочка. Для первой эстафеты нужны стойки с горизонтальной целью, муляжи грибов и шишек.

Эстафета 1 «Помоги белке» (муз. сопровождение)

На линии «старт – финиш» стоят корзина с шишками для команд. Пара стоит перед стартом, у мальчиков в руках шишка, у девочек – гриб. Добегают до ориентира, бросают (удобным для ребенка способом) в корзину в конце дистанции.

Возвращаются обратно бегом, взявшись за руки, передают эстафету следующей паре, и садятся в конец скамейки.
Судьи объявляют результат.

Инструктор: Отлично справились с заданием. На мультимедиа слайд поляны с мусором, звучит грустная музыка. Но в лесу побыли люди, вокруг остались банки, целлофан, железки, склянки... Давайте посмотрим, на поляну. Что здесь не так?

Дети: Ответы детей.

Инструктор: Оставлять их здесь нельзя! Не поленимся, друзья: Мусор тут в лесу чужой, заберём его с собой!
Надо лесу помогать и все это убирать.

Для следующей эстафеты выходят капитаны команд.

Конкурс № 2 «Уборка леса» (муз. сопровождение)

По залу гости разбрасывают мусор. Детям выдаются пакеты для мусора. По команде они бегут и собирают мусор в пакеты, чей пакет будет наполнен больше, та команда получает очко. Судьи объявляют результат.
Люди, берегите лес! Ведь это так прекрасно.
Если ты придёшь туда, не мусори напрасно.

Инструктор: Молодцы капитаны!

На мультимедийной доске появляется слайд с изображением муравейника. Муравьи дом построили большой, поместились всей семьёй.
Хрупкий домик муравьёв надо тоже охранять.
Обязательно он должен за заборчиком стоять.

Инструктор: Вы поможете муравьям?

Дети: Ответы детей.

Для следующей эстафеты нужны два мягких модуля, на которых приклеены картинки А4 с изображением муравейников.

Эстафета № 3. «Заборчик для муравейника» (муз сопровождение). **Дети** сидят друг за другом; напротив, каждой команды стоит коробка с кеглями по количеству детей; по сигналу первые игроки бегут и начинают строить «забор для муравейника», затем бегут обратно и передают эстафету товарищу.

Инструктор: Молодцы, были быстрые!

В конце эстафеты судьи объявляют результат и дают оценку выполнения задания. На экране меняется слайд с изображением леса и звучит тревожная музыка. Без взрослых с огнём развлекаться опасно – закончиться может забава ужасно. В лесу очень сухо бывает порой, костёр обернётся серьёзной бедой!

Для следующей эстафеты используются две стойки с вертикальной целью с изображением огня, два пульверизатора-пистолета и по четыре плоских кольца для команд. В этой эстафете участвуют мальчики из двух команд.

Эстафета № 4 «Потуши пожар» (муз сопровождение)

На скамейках сидят друг за другом только мальчики, эстафетной палочкой для них служит водяной пистолет. Первый бежит с линии старта с пистолетом, прыгает на двух ногах в кольца, добегают до линии и производит два выстрела в вертикальную цель, бежит обратно, передаёт пистолет следующему.

Инструктор: Молодцы, самую опасную эстафету провели наши мальчики, а девочки за них переживали.

А сейчас я предлагаю отдохнуть детям и поиграть. Объясняю правила в конкурсе, надо внимательно послушать объявление и отгадать о ком идёт речь (животное или птица) говорится в объявлении. Тот, кто угадал, получает фишку и в конце конкурса подводятся итоги.

Конкурс «Узнай по объявлениям»

1. Приходите ко мне в гости! Адреса не имею, свой домик ношу всегда на себе.
2. Друзья! Кому нужны иглы, обращайтесь ко мне.
3. Помогу всем, у кого сломался будильник?
4. Прошу разбудить меня весной, приходите лучше с мёдом.
5. Что-то очень скучно стало одному выть на луну. Кто составит мне компанию?
6. Тому, кто найдёт мой хвост, оставьте его себе на память. Я успешно ращу новый!
7. Уже 150 лет жду друга! Характер положительный. Недостаток только один – медлительность.
8. Всем, всем, всем! У кого возникла надобность в рогах, раз в год обращайтесь ко мне.
9. Учу всем наукам! Из птенцов за короткое время делаю птиц. Прошу учесть, что занятия провожу ночью.
10. Я самая обаятельная и привлекательная! Кого хочешь обману, вокруг пальца обведу. Учитывая всё это, настоятельно прошу называть меня по имени-отчеству, Патрикеевной больше не называть!

Инструктор: Отдохнули судьи, очки подсчитали и объявили результат.

Отбор в отряд «спортивные эко – человечки» продолжается. Дети, вы сейчас показали, свои умения как вы спасаете на земле, планета же наша нуждается в помощи и на воде!

На экране слайд с изображением маленьких рыбок, и звучит муз. композиция «Звуки природы»

«В некоторых районах страны ямы и озера, заполненные водой, называют баклушами. В них остается много мальков ценных пород рыб. В жару вода пересыхает, и рыбная молодь гибнет. Если баклуша образовалась недалеко от берега, прокапывают узкую канавку и спускают воду в реку. Для спасения рыбной

молоди, оказавшейся далеко от берега, используют сачки и сеть. Отлавливать мальков лучше утром, когда вода холоднее».

Для этой эстафеты нужны по два обруча, два ведёрка с муляжами – «рыбок» и по три штуки- метки для бега.

Эстафета № 5 «Живое серебро»

В этой эстафете участвуют все. Из положения, сидя на скамейке имитируя движения рук ребёнок зачерпывает воду и одну рыбку со старта и бегом, огибая змейкой фишки, добегают до обруча- финиша, кладёт рыбку в обруч, и бегом возвращается, передаёт эстафету следующему, а сам садится в конце скамейки.

Инструктор: Молодцы, вы теперь точно сможете спасти мальков.

Судьи объявляют результат.

На мультимедиа идёт смена слайда спасение китов, и звучат голоса китов. «Звуки природы».

...И, хоть они огромные, но в море очень скромные.

Сказать сегодня хочется, пусть люди позаботятся

О тех, кто в море плавает, – Сегодня это главное.

Для эстафеты понадобится по два ведра с водой и два контейнера с изображением китов. Дистанция эстафеты укорочена.

Эстафета № 6 «Спасение кита»

В эстафете участвуют все дети. От линии старта ребёнок зачерпывает стаканчиком воду и быстрым шагом несёт до финиша, выливает в контейнер и возвращается бегом, по краю зала к своей команде передаёт стакан, а сам садится в конце скамейки.

Инструктор: Молодцы! Дети это была последняя эстафета, которая показала вашу заботу и быстроту действий. Судьям предоставляется время для подсчёта результатов наших соревнований, которые покажут, все ли готовы быть в отряде спортивных эко-человечков.

Судьи готовят дипломы, медали и поздравительное слово.

Инструктор: Я была очень рада встрече с вами и напоследок, я хочу с вами произнести слова, которые будут всегда жить в наших сердцах. Дети с инструктором садятся в круг, по-турецки, кладут руки на плечи друг другу и повторяют слова клятвы за инструктором по физо.

Я, клянусь! Играя на полянах и в лесу не кричать и не оставлять мусор!

Я, клянусь! Не играть с огнём!

Я, клянусь! Не разорять гнёзда птиц и муравейники!

Я, клянусь беречь воду- закрывать всегда кран!

Я всегда буду готов спасти свою Планету!

После клятвы детям вручаются грамоты и медали и конечно дары природы – корзина с фруктами.

Инструктор: Надеюсь, вы многое узнали, многому научились, и всегда будете беречь, и охранять природу, а взамен она будет радовать вас. Фотосессия на память.

используемая музыка:

1. «Так держать!» в исполнении ансамбля «Ладушки».
2. Прости Земля! В исп. группы «Земляне».
3. Звуки природы.
4. Весёлая музыка для конкурсов.

ТЕРЕМ-ТЕРЕМОК

Возраст: 4–5 лет

*Галина Спартаковна Бучинская,
инструктор по физической культуре,
с. Урик*

Цель: Создание условий для двигательной активности посредством игровых приемов.

Задачи: *Образовательная:* упражнять детей в ползании на четвереньках, в прыжках на двух ногах, катании мячей двумя руками.

развивающая: развивать двигательные навыки через игры и упражнения.

Воспитательная: воспитывать интерес и желание выполнять физические упражнения через игровые образы.

Оборудование: четыре обруча (красный, желтый, зеленый, синий); кубики по цвету обручей (по 2–3 шт. на одного ребенка); три дуги; две гимнастические скамейки (высота 10–15 см) или бумы; мячи среднего размера по количеству детей, кукольный театр по сказке.

Зал оформлен декорациями по сказке «Теремок».

Дети под музыку заходят в зал, встают врассыпную.

Инструктор: Любят сказки все на свете, любят взрослые и дети.

Сказку можем почитать, но лучше в сказку поиграть!

На полянке, на лесной, под развесистой сосной стоит в поле теремок, он не низок, не высок. В тереме никто не жил, никто печку не топил.

Дверь никто не открывал, теремок пустой стоял.

Вот по полю, полю, мышка бежит... (Дети врассыпную ходят по залу мелким шагом, затем выполняют бег на носках).

У дверей остановилась и стучит (стучат ногой о пол).

Инструктор: Но никто не отозвался, дом свободным оказался.

Вошла мышка в теремок, видит, стоит большой мешок, а в нём зёрнышки все перепутались. И решила мышка зёрнышки перебрать, по своим мешочкам разобрать.

Подвижная игра «Каждое зёрнышко в свой мешочек»

Дети подлезают под дугу, берут по одному кубику, снова подлезают под дугу, несут кубик в определённый цветом обруч.

Инструктор: День, другой живёт Норушка, в теремке одной ей скучно.

В пору ту одна Лягушка-поскакушка и Квакушка вышла в поле погулять, вкусных мошек поискать. Видит, чудо-теремок в чистом поле одинок.

Тут лягушка удивилась, подошла, остановилась, предложила мышке с нею поиграть, по дорожке поскакать.

Подвижная игра «Лягушки»

«Вот лягушки по дорожке, скачут, вытянувши ножки (прыжки на двух ногах, отталкиваясь руками об пол, скачут по залу).

Лапками помашем, ква-ква-ква все скажем! (пружинка, качая руками).

Повернемся мы кругом (кружатся).

Спинки скользкие прогнем (сделать спину круглой).

Лапками-ножками потопаем (топают).

Лапками-ручками похлопаем (хлопают).

На четвереньках поползем (ползают по залу).

Поднимемся и по болоту пройдем.

С кочки на кочку скачут лягушата, ловкие ребята (дети прыгают из обруча в обруч).

Инструктор: прискакал из леса Зайчик, длинноухий Побегайчик. С вами хочет он дружить, можем мы его впустить? Очень любит он зарядку, делать все по порядку.

Физминутка «Зайцы»

Скачут, скачут во лесочке, зайцы – серые клубочки. Прыжки на двух ногах на месте. Прыг-скок, прыг-скок (прыжки вперед – назад).

Встал зайчонок на пенек, всех построил по порядку, стал показывать зарядку.

Раз! Шагают все на месте.

Ходьба на месте.

Два! Руками машут вместе.

«Ножницы».

Три! Присели, дружно встали.

Присесть, встать.

Все за ушком почесали.

Почесать за ухом.

На «четыре» потянулись.

Пять! Прогнулись и нагнулись.

Шесть! Все встали снова в ряд.

Зашагали как отряд.

Ходьба на месте.

Инструктор: Стали звери поживать, песни петь да танцевать.

Вышла из лесу Лисица, щурит хитрые глазища.

Смотрит хитрая лиса, где бы поживиться.

Творческий этюд «Лиса».

У лисицы острый нос,

Показать, какой нос у лисы.

У неё пушистый хвост,

Оглаживать воображаемый хвост, бока, грудь.

Шуба рыжая лисы,

Несказанной красоты.

Лиса павою похаживает,

Идти величаво, медленно оглядываясь на свой хвост, поворачиваясь.

Шубу пышную поглаживает.

Я – охотница до птицы!

Кур ловить я мастерица!

Тихонько подкрадывается.

Как увижу – подкрадусь

И тихонько затаюсь.
После прыгну и схвачу,
Деткам в норку отнесу.

*Присесть.
Вскочить, «схватить» курицу и убе-
жать.*

Инструктор: Вышел из лесу Волчок, греть на солнышке бочок.
Любит очень играть, любит деток догонять.

Подвижная игра «Догоню»

Дети врассыпную бегают по залу, по сигналу волка «Догоню» убегают и встают на бум высотой 10–15 см.

Инструктор: Вышел Мишка Косолапый, почесал затылок лапой.

«Что за чудо-теремок, стоит в поле одинок. Вы впустите меня, звери, одному – ну хоть кричи, скучно, что ни говори. Буду славным вам соседом, мёду принесу к обеду. Я люблю в лес ходить и дрова рубить».

Дети выполняют движения – «рубят дрова», потом берут мячики и катают их по залу в разных направлениях обеими руками, затем складывают в одном месте – «складываем дрова».

Инструктор: Звери стали дружно поживать, а вечерами около теремка весело плясать. *Хоровод под русскую народную музыку.* «Стоит в поле теремок, теремок, он не низок, не высок, не высок. Без веселья здесь нельзя, в теремке живут друзья!» (общая пляска).

Инструктор: Сказку с вами показали, дружно все мы тут играли. Но закончилась игра, в группу нам идти пора.

Дети под музыку выходят из зала.

СОЛДАТЫ ПОБЕДЫ!

(посвященный Дню Победы в Великой Отечественной войне)
Возраст: 5–7 лет

*Ольга Вадимовна Подлевская,
инструктор по физической культуре,
г. Иркутск*

Цель: Развивать чувство патриотизма и любви к своей Родине, гордости за нее. Формировать интерес к выполнению физических упражнений, развивать основные физические качества, воспитывать настойчивость и чувство товарищества при проведении коллективных эстафет.

Под музыку песни «День Победы», в зал входят дети, проходят маршем, перестраиваются в четыре колонны.

Ведущий: Дорогие ребята, сегодня мы проводим спортивное мероприятие, посвященное великому празднику – празднику со слезами на глазах: Дню Победы в Великой Отечественной войне.

Еще когда нас не было на свете, когда гремел салют из края в край,
Солдаты подарили всей планете - Великий май, победный май!

Но весь наш народ помнит, какой ценой досталась нам эта Победа. «На суше и на море, под небом высоко, желанная победа дается нелегко!» На всех фронтах, во всех родах войск, 4 долгих года, ковалась эта Победа. И мы сегодня наше спортивное мероприятие посвящаем этому замечательному празднику.

В детский сад наш самый лучший, я пришла, друзья, не зря.

Ведь премудростям военным, обучу сейчас вас я.

Чтоб выносливыми были, чтоб в бою не подвели.

Чтобы мускулы стальные, тяжесть поднимать могли!

День солдатский по порядку, начинается с зарядки!

Ну – ка, братцы, подтянитесь, на зарядку становитесь!

Разминка с ленточками под музыку «Тучи в голубом»

Что же, неплохо для разминки. А сейчас задание:

Начинаем соревнования!

1. Игра «Самолеты».

Выходите в круг скорее летчики – пилоты, мы посмотрим, как летают ваши самолеты.

У каждого звена свой аэродром (цветная кегля). Играющие изображают летчиков. По сигналу: «К самолету»- дети выполняют круговые движения согнутыми руками перед грудью – заводят моторы. На следующий сигнал: «Полетели!» – поднимают руки в стороны и бегают (летают) в разных направлениях по залу. По сигналу «На посадку!» – самолеты находят свое место (аэродром), которое постоянно меняется.

И на море бой суровый, моряки ведут с врагом.

Очень точно бьют торпеды, корабли на дне морском.

2. «Морской узел».

Участникам команд раздают ленточки, которые надо завязать «морским узлом». Пока он на дне лежит, корабль никуда не побежит. (Якорь).

3. «Поднять якорь».

В эстафете принимают участие по одному участнику от каждой команды. Нужно поднять якорь на «буксире» – кто быстрее.

4. «Танкисты» – встречная эстафета.

Снова в бой машина мчится, режут землю гусеницы.

Та машина в поле чистом, управляется(Танкистом)

Мы в разных уголках страны видали, застыли танки на почетном пьедестале. Они родную землю защищали, с танкистами, бывало, погибали.

Дети на самокатах в танкистских шлемах, едут до стойки, огибают, возвращаются обратно и передают самокат и шлем следующему участнику.

5. «Снаряды на передовую».

Ведущий: Артиллеристы. Эти солдаты поддерживали все войска. Без снарядов никто не обходился. Нужно доставить снаряды (кегли) на передовую. Каждый участник ползет по-пластунски со снарядом, кладет его в корзину – обратно бегом.

Подведение итогов.

Ведущий: Ребята, вы сегодня были большие молодцы. Каждый год 9 мая заканчивается праздничным салютом. Детям раздаются цветные листы бумаги, которые надо порвать на мелкие кусочки и всем вместе подбросить вверх – Салют! Ура!

Сияет солнце в День Победы! И будет нам всегда светить!

В боях жестоких наши деды врага сумели победить!

Мы будем храбрыми как деды, Родную землю защитим!

И солнце яркое Победы – мы никому не отдадим!

Под праздничный марш дети выходят из зала.

МЕШОКОМЯЧ

(технологическая карта организованной деятельности)
Возраст: 3–4 года

*Елена Владимировна Федорук,
инструктор по физической культуре,
с. Хомутово*

Образовательная область: Физическое развитие.

Направление: Физическая культура.

Цель: Оптимизировать двигательную активность детей.
Создать условия для игровой и коммуникативной деятельности.

Обучающие задачи:

- Упражнять детей: в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании.
- Учить детей действовать совместно, выполняя указания взрослого и правила в подвижных играх.
- Учить детей расслабляться и восстанавливать дыхание после физической нагрузки.

Развивающие задачи:

- развивать интерес к занятиям физической культуре;
- развивать ловкость в игровом задании с мячом;
- продолжать обогащать двигательный и познавательный интерес детей через подвижные игры;
- содействовать укреплению костно-мышечного аппарата детей;
- развивать речь детей.

Воспитательные задачи:

- воспитывать внимательность;
- воспитывать дружеские взаимоотношения, взаимовыручку.

Целевые ориентиры: Развита крупная и мелкая моторика; ребенок подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими; обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, прежде всего в игре.

Освоения содержания образовательных областей: «Физическое развитие», «Социально-коммуникативное развитие».

Виды деятельности: Игровая, двигательная, коммуникативная.

Средства реализации: Мешок с мячами, мячи набивные, шары пластмассовые, ноутбук, аудио – записи музыки.

Этапы деятельности	Действия, деятельность инструктора.	Действия детей
<p>Введение в ситуацию. Задача: мотивировать детей на включение в деятельность. Постановка проблемы и мотивации детей</p>	<p>Организационный этап 3 минуты Инструктор: Что это такое разноцветное, большое?</p> <p>«Мешокомяч»: Пых-пых–пых! Здравствуйте, ребята, я большой мешок с мячами. Помогите! Вы мячи скорей возьмите и меня освободите! Кто желает мне помочь? Ты быстрее подходи за верёвочку тyani.</p> <p>Инструктор: «Ну что, ребята, все вместе потянем? Молодцы дети! Вы мячи себе берите и играть со мной идите».</p> <p>1. Ходьба в колонне по одному с мячом в руках «Мы с мячом шагаем, выше ноги поднимаем!». По сигналу «Мы с мячом бежим, бежим» - бег. Ходьба и бег чередуются несколько раз.</p> <p>2. Упражнения на дыхание дети стоят в кругу.</p> <p>Я подую высоко – сделать вдох через нос, поднять голову вверх и сделать выдох вверх, через рот.</p> <p>Я подую низко – сделать вдох через нос, наклонить голову вниз и сделать выдох вниз, через рот.</p> <p>Я подую далеко – вытянуть руки вперед, ладошками к себе, сделать вдох через нос и плавный выдох через рот, губы трубочкой.</p> <p>Я подую близко – поместить ладошки рук около рта, сделать вдох через нос и плавный выдох через рот, губы трубочкой.</p>	<p>Приветствуют инструктора.</p> <p>Участвуют в беседе с персонажем. Используется тактильно - мышечная наглядность.</p> <p>Стараются легко и ритмично бегать по залу, найти свое место в колонне. Игровой метод действия.</p> <p>Использование нетрадиционного метода дыхательной гимнастики и наглядный.</p> <p>Повторяют по показу за воспитателем.</p>

<p>Организация деятельности показ комментирования</p>	<p>Основной этап 10 минут ОРУ 1. И. п. — ноги на ширине ступни, мяч в согнутых руках у груди поднять мяч вверх, опустить (4–5 раз). 2. И. п. – ноги слегка расставлены, мяч внизу. Присесть, мяч вперёд, выпрямиться, вернуться в и/п (5 раз). 3. И. п. – сидя на пятках, мяч на полу. Прокатывание мяча кругом в обе стороны попеременно (по 3 раза). 4. И. п. — ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища, мяч на полу. Прыжки на двух ногах. Вокруг мяча в обе стороны (по 2–3 раза). Ходьба в колонне по одному с мячом в руках.</p> <p>ОВД 1. Прокатывание мячей в прямом направлении Игровое упражнение «Быстрый мяч». (большой диаметр), мяч прокатывают вперед, а затем бегут за ним. На исходную линию возвращаются шагом (2, 3) раза, 2. Ползание между предметами, не задевая их. Игровые упражнения: проползи – не задень. На полу две линии на расстоянии 1,5 м друг от друга выложены набивные мячи (по 4–5 штук). Дети двумя колоннами выполняют ползание между мячами на четвереньках с опорой на ладони и колени («змейкой»).</p>	<p>Метод демонстрации и практический метод в выполнении движений под руководством инструктора.</p> <p>Слушают инструктора, выполняют задания, а после кладут мячи в мешок.</p> <p>Выполняют задание поточно друг за другом</p>
--	--	--

	<p>Подвижная игра «Девочки и мальчики прыгают, как мячики»</p> <p>Инструктор: – Сейчас я на вас подую, и вы превратитесь в мячики! Вы согласны? Девочки и мальчики, прыгают как мячики. Ногами топают, руками хлопают, Головой кивают, а после отдыхают. Глазки закрывают (повторить 2–3 раза).</p> <p>Инструктор: Проходит и гладит детей.</p>	<p>Игровой и словесный метод выполнения действия и использование слуховой наглядности-музыки. Активно и с удовольствием участвуют в подвижной игре Выполняют движения по тексту в конце восстановления дыхания. Отвечают на вопросы.</p>
<p>Рефлекторно-корректирующий</p>	<p>Подводит итог «Мешокомяч» благодарит и хвалит детей за старание. «Ребята, какие вы молодцы! Мне понравилось, как вы играли с мячами, и вам даю маленький мешочек с сюрпризом. Вы в группе с воспитателем откроете и узнаете, что там лежит, а я отправлюсь в путь к другим детям».</p> <p>Инструктор: «Ребята, вы бы хотели, чтобы наш гость ещё пришёл к нам? Я за вас очень рада, вы показали нашему гостю какие вы добрые, ловкие сильные, умелые».</p>	<p>Выражают свои эмоции. Отвечают на вопросы.</p>

Литература: Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду. Вторая младшая группа».

ЦВЕТОК ЗДОРОВЬЯ

Возраст: 5–7 лет

Юлия Юрьевна Серебренникова,
МБДОУ детский сад «Берёзка» № 127,
г. Иркутск

Цель: Формирование у детей основ здорового образа жизни.

Задачи: Развивать координацию движений, ловкость, быстроту. Развивать коммуникативные способности детей. Воспитывать желание заботиться о своем здоровье.

Оборудование: Мультимедиа, аудиозаписи, изображение цветка здоровья, муляжи: фрукты, овощи, молочных продуктов и т. п.

Ход развлечения:

Инструктор. Ребята, наступил новый день! Давайте еще раз поздороваемся друг с другом. А вы знаете, что мы не просто друг друга поприветствовали, а подарили друг другу частичку здоровья. Потому что слово «Здравствуй» означает «желаю здоровья». Сегодня я обнаружила у нас в саду необычный цветок – это волшебный Цветок здоровья.

На экране включается презентация (грустный цветок без лепестков). Ребята, посмотрите, цветок не очень-то красивый, ему печально. И лепестков почему – то у него совсем нет. Давайте спросим, что произошло. **Задаем вопрос цветку.**

Цветок: (аудиозапись). Я – цветок здоровья. У меня были очень красивые лепестки, но произошло несчастье. Я целую неделю жил в другом детском саду и видел, как дети не умели заботиться о своем здоровье, нарушали правила здорового образа жизни. Мои замечательные лепестки начали засыхать и опадать. И новые лепестки появятся у меня лишь тогда, когда дети смогут мне рассказать и показать, как можно сохранить себе здоровье.

Инструктор. Ребята как мы сможем помочь волшебному цветку здоровья? Правильно, давайте цветку расскажем и покажем, что нужно делать, чтобы оставаться здоровыми! И первый лепесток распустится, если мы с вами отгадаем загадки, которые нам загадает цветок здоровья.

Цветок загадывает загадки (аудиозапись)

Холодный, он – приятный, С ним дружу давно, ребята, Он водой польёт меня, Вырасту здоровым я! (Душ)	Знаю, есть на свете чудо, Есть такое волшебство: Поднесёшь под кран с водой – Вмиг смывает грязь оно! (Мыло)
--	---

Есть ещё у нас друзья, Позабить о них нельзя. Чтоб красиво улыбаться, Чаще надо нам встречаться! (Зубная щётка и паста)	Разгрызёшь стальные трубы, Если будешь чистить... (Зубы)
Горяча и холодна, Я всегда тебе нужна. Позовёшь меня – бегу, От болезней берегу. (Вода)	Чтобы сил тебе хватало Бегать, прыгать и играть, В самый полдень на кроватку Нужно лечь и отдыхать. Это значит, что у нас По режиму... (Тихий час)
Я повсюду, где бываю, Всё на свете успеваю, Потому что у меня Строгий... (Распорядок дня)	Чтоб здоровье сохранить, Организм свой укрепить, Знает вся моя семья — Очень важен (Режим дня)
Я шагаю по квартире, Приседаю: три-четыре. И уверен твёрдо я, С нею ждёт успех меня! (Зарядка)	Можно радоваться птицам, Можно просто веселиться, Можно воздухом дышать Вместе весело... (Гулять)

После загадок на экране появляется один лепесток.

Инструктор: Спорт. Что такое спорт? Как он помогает нам оставаться здоровыми? Ответы детей.

Инструктор: Правильно, спорт, физические упражнения развивают силу, выносливость, быстроту, ловкость.

Цветок: Ребята, второй лепесток распуститься, если вы мне сможете сказать, что происходит с человеком, который всегда делает зарядку, который гуляет на свежем воздухе, независимо от того хорошая погода или нет? **Ответы детей. (Закаливание).**

Раскрывается еще один лепесток

Инструктор: Правильно, человек закаляется. Закаленные ребята – сильные, бодрые, смелые. А давайте мы все дружно покажем, как нам помогает утренняя гимнастика быть бодрыми.

Музыкально-ритмическая гимнастика

Инструктор: Ребята, подумайте и скажите, что еще очень важно и необходимо для нашего организма? Подскажу вам – они живут в разных продуктах питания и растениях.

Дети: Ответы.

Инструктор: Правильно – это витамины. А какие витамины знаете вы? И где они живут? Ответы детей. (Показ - слайды про витамины и в каких продуктах они присутствуют).

Инструктор: Ребята, мы с вами рассказали про витамины и где они живут, но третий лепесток на цветке не появляется. Наверное, цветок хочет, чтобы вы не только рассказали, но и показали, где живут витамины, какие продукты полезны для нашего организма, а какие нет?

Эстафета «Полезные и вредные продукты»

Участники выстраиваются в две команды. Перед каждой командой стоит корзина с продуктами полезными и вредными. Первый участник берет один из продуктов и бежит до ориентира, где стоят две корзины со знаком «+» и «-». В корзину со знаком «+» кладут полезные, со знаком «-» вредные продукты. И так до тех пор, пока участники не рассортируют все продукты.

Появляется третий лепесток

Инструктор: Ребята, посмотрите друг на друга. Ничего не заметили? А я заметила перемены в вашем настроении. Как вы думаете, почему у вас сверкают глазки? Почему появилась добрая улыбка? Порозовели щечки. Какое настроение у вас сейчас? Скажите, а хорошее настроение влияет на наше здоровье?

Дети: Ответы.

Инструктор: Ребята, давайте наше хорошее настроение подарим нашему цветку здоровья, может от этого еще лепестки появятся.

Подвижная игра «Обнимись и улыбнись»

Под музыку дети свободно перемещаются по залу. По окончании музыки находят себе любую пару и улыбаясь обнимают друг друга. Игра повторяется 3–4 раза.

Появляется четвертый лепесток

Цветок: Спасибо, ребята, что вы подарили мне свои улыбки. От этого еще один лепесток раскрылся у меня.

Инструктор: Молодцы, ребята, что вспомнили о важности хорошего настроения. Но мы забыли еще про одну важную вещь. Что нужно сохранять, когда мы с вами сидим за столом, ходим? Ответы детей.

Инструктор: Правильно, нужно сохранять правильную осанку. Красиво ходить, стоять и сидеть. Каждый ребенок должен уметь. Ну-ка, посмотрим, как каждый из вас сделает это прямо сейчас.

Эстафета «Пройди не урони»

Участники делятся на две команды. Первый участник берет мешочек с песком, кладёт на голову. И таким образом идет быстрым шагом до стойки, огибает ее и возвращается назад, сохраняя правильную осанку. Передаёт мешочек следующему. И так, пока все участники не пройдут.

Раскрывается еще один лепесток

Инструктор: Ребята, посмотрите, все лепестки на цветке раскрылись, но все равно чего-то не хватает? (Ответы детей). Правильно не хватает красок и улыбки цветку здоровья. Вроде улыбки, хорошее настроение подарили, вспомнили что нужно делать, чтобы быть здоровыми. Нужно закалять свой организм, заниматься спортом, дышать свежим воздухом, правильно питаться. А что еще нужно делать для того, чтобы оставаться здоровыми, не болеть? (Ответы детей). Что мы делаем, когда встаем по утрам? После улицы, перед едой? Наводим порядок дома и в группе? (Ответы детей). Правильно нужно следить за собой, чистить зубы, умываться, наводить порядок. Посмотрите, какой цветок пыльный, грязный. Давайте ему покажем, как нужно приводить себя в порядок.

Эстафета «Приведи себя в порядок» (дети из множества предметов, выбирают предметы личной гигиены)

Цветок. Спасибо, ребята! Вы меня оживили! Я теперь такой же красивый, как и прежде! Замечательно, что вы знаете правила здорового образа жизни! В благодарность за мое оживление я подарю вам на память цветок здоровья. Поставьте его у себя в группе, чтобы он каждый день смотрел на вас, радовался тому как вы учитесь и умеете беречь себя и свое здоровье.

Инструктор: Ребята, давайте скажем «цветку здоровья» – спасибо.

Исполняется танец «Дружба»

В ПОХОД ЗА ПРИКЛЮЧЕНИЯМИ

(летний туристический поход)

Возраст: 5–7 лет

*Юлия Юрьевна Серебренникова,
МБДОУ детский сад «Берёзка» №127,
г. Иркутск*

Задачи:

- Способствовать развитию здорового образа жизни.
- Совершенствовать навыки ходьбы, ползания, прыжков, бега.
- Развивать ловкость, быстроту, умение ориентироваться в пространстве.
- Способствовать развитию речевой и познавательной активности.
- Воспитывать чувство коллективизма, уверенности в себе, желание дойти до намеченной цели.
- Выполнять социально значимую работу: следить за чистотой поляны, не допускать засорения леса.

Группа детей выстраивается на открытой площадке.

Инструктор: Мы встречаем вместе лето! Вместе с солнцем, вместе с светом! Солнце, солнце, жарче грей! Будет праздник веселей!

Сегодня мы с вами отправляемся в туристический поход. Вы все одеты как настоящие туристы: удобная одежда и обувь, головные уборы, у вас даже рюкзаки с провизией. На пути нас ждет много нового и интересного. Чтобы преодолеть все препятствия, нужно быть дружными, смелыми и сильными, обязательно помогать друг другу, быть внимательными, чтобы не потеряться в дороге и суметь определить путь по карте. Желаю удачи! (Детям вручается карта маршрута).

Кикимора: Кто тут песни распевает, моих лягушек пугает? Кто пришел на мое болото? Кому дома сидеть не охота? Кто топает ногами? Кто хлопает руками?

Инструктор: Разве можно так вопить? Нужно в дружбе, в мире жить. Вы лучше помиритесь. Со всеми подружитесь!

Кикимора: А что? Вот это дело! Мне скука надоела! А то в моем болоте, веселья не найдете. Ох, ох – и ручей пересох!!!

Проводиться игра «Наполни ведро водой» и «Рыбалка»

1 группа: Дети бегают с ведром воды, перешагивая через «болотные кочки» и выливают воду в таз.

2 группа: Дети вылавливают удочкой из таза с водой пластмассовых рыбок на магнитах.

Инструктор: А теперь нам пора с ребятами идти дальше. До свидания! До скорой встречи!

Кикимора: Ух, как я повеселилась! С вами, дети, подружилась! А теперь пора мне спать, на мху болотном полежать. Вы пока туда шагайте (указывает на паутину), да меня не забывайте. На мое болото, дети, приходите в любой час, с радостью я встречу вас.

Паучья сеть. Дети идут дальше по маршруту через паутину. (Нити натянуты на разной высоте между столбами. Необходимо переступить через них или пролезть между ними.)

Игра «Черепаша в лесу» с элементами самомассажа

Мы пришли в гости к лесной Черепаше. Дети становятся вокруг черепахи и выполняют движения со словами: Шла купаться черепаха (Дети топают ногами на месте), и кусала всех от страха, кусь, кусь, кусь, кусь – (пощипывающие движения пальцами рук и ног), никого я не боюсь (игра повторяется несколько раз).

Игра на внимание: По команде инструктора «Елка!», дети останавливаются, поднимают руки в стороны – вниз. По команде «Береза!» дети останавливаются, поднимают руки вверх, слегка покачивают руками вправо-влево. По команде «Дуб» прыжком ставят ноги на ширину плеч, руки – в кольцо перед грудью.

Дети проходят через туннель на полянку.

Игра-эстафета «Что в походе пригодится?»

Дети стоят в двух колоннах. В нескольких метрах от них на пледе разложены различные предметы – которые как необходимы в походе, так и совершенно ненужные (свисток, фонарь, компас, бутылка с водой, кружка, ложка, чашка, фотоаппарат, продукты, карта, спальный мешок, пенка, спортивные гантели, конструктор и др.). Дети по очереди подбегают к предметам, выбирают необходимый для похода предмет, возвращаясь с ним, передают эстафету следующему. По окончании игры дети вместе с воспитателем проверяют правильность выполненного задания, уточняют, для чего нужен тот или иной предмет. Дети идут по маршруту к «лесной опушке», где живет баба Яга.

«Домик Бабы Яги»

Баба Яга: (Выходя из укрытия) Фу, фу, фу русским духом пахнет, кто тут явился не запылится? Кто мне мешает отдыхать-горевать?

Инструктор: Кто Вы, бабушка? Почему сердитесь?

Баба Яга: Я, Бабулечка-Ягулечка – красавица (ласково). Можно просто Баба Яга (равнодушно).

Инструктор: Мы с детьми просто идем в поход, и не будем вам мешать отдыхать. Скажи только, почему – горевать?

Баба Яга: А разве сами не видите? На моей поляне туристы отдыхали. Много ели и играли. Мусор всюду разбросали. Пусть я и живу в глуши, люблю порядок от души.

Инструктор: Да, правда, очень здесь мусора много. Давайте, ребята, поможем бабе Яге его убрать.

Игра «Убери мусор – помоги лесу»

Мы мусор сейчас соберем и с собой его возьмем. Ведь полянка – чей-то дом – пусть порядок будет в нем!

Игра с Бабой Ягой «Грибник»

Перед началом игры Баба Яга берет лукошко и объявляет, что она «грибник», дети – «грибы». Они встают в рассыпную на одной стороне площадки и по сигналу взрослого начинают ходьбу на месте, произнося хором текст («грибник» в это время расхаживает на другой стороне площадки):

Шел грибник лесной тропинкой, за грибами, за малинкой.

Шел и песню напевал: «Тара-тара-тара-там».

А сорока-белобока, на сосне сидит высоко.

Громко на весь лес трещит, и грибочкам говорит:

«Чтобы не попасть в корзинку, прячьтесь в мох и под травинку».

С окончанием слов дети – «Грибы» разбегаются. «Грибник» старается «сорвать гриб» – коснуться ребенка рукой. Чтобы этого не произошло, при его приближении «грибок» приседает – прячется. Ребенок, которого запятнали, выбывает из игры. Ловящий не пятнает того, кто присел; он не стоит и не ждет, когда тот поднимается, а догоняет других. «Спрятавшийся гриб» находится в приседе не более трех счетов: один, два, три.

Баба Яга: Ох, грибов насобирала, а как называются забыла, помогите ребятки.

Игра «Отгадай, что за гриб?»

Баба Яга: Раз, два, три, четыре, пять. Помоги грибы назвать:

Лисички и опята, боровики, маслята. Ты – ядовитый мухомор, уходи скорее вон!

Баба Яга показывает карточки с изображением грибов. Дети называют, который из них съедобный, а какой ядовитый.

Баба Яга: Шалды-балда! Колдуй бабушка Яга.

Гриб не варят, не едят в крапинку его наряд.

Снизу кружева узор – это красный мухомор!

Гриб на солнце засушу, в пузырек его вложу.

Разгорайся огонек и не гасни костерок!

Баба Яга отдает детям пузырек с жидкостью для розжига костра. Дети идут к месту привала, где их встречает Леший. Он «разжигает костер» с помощью волшебного зелья и рассказывает правила разведения костра на природе.

Правила разведения костра:

- костер всегда разводит только взрослый;
 - нельзя жечь костер в ветреную погоду, на сухой траве, камнях, вблизи хвойных деревьев;
 - чтобы подготовить место для костра, лопатой снимают верхний слой почвы с насекомыми и корнями растений;
 - для дров никогда не ломают живые деревья, а берут сухие ветки, лежащие на земле;
 - перед уходом хорошо заливают костер водой, чтобы он остыл, и снятым слоем земли накрывают яму.
- (Леший проверяет, запомнили ли дети правила)

Привал у костра (поют песни у костра и отгадывают загадки)

Туристические загадки:

- Он с тобою и со мной, шёл лесными стёжками. Друг походный за спиной, на ремнях с застёжками. (Рюкзак)
- И от ветра и от зноя, от дождя тебя укроет, а как спать в ней сладко, что это? (Палатка)
- И в тайге, и в океане, он отыщет путь любой. Умещается в кармане, а ведёт нас за собой. (Компас)
- Он в походе очень нужен, он с кострами очень дружен. Можно в нём уху варить, чай душистый кипятить. (Котелок)
- В малине понимает толк, хозяин леса страшный ... (Медведь)
- Клубком свернулся, ну-ка тронь! Со всех сторон колючий ... (Еж)
- Кто стучит, как барабан? На сосне сидит ... (Дятел)
- Под луною песню петь. Сел на веточку... (Соловей)
- Кто любит по ветвям носиться? Конечно, рыжая ... (Белка)

ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ МУХИ-ЦОКОТУХИ

Возраст: 5–7 лет

Юлия Юрьевна Серебренникова,
МБДОУ детский сад «Берёзка» № 127,
г. Иркутск

Цель: Способствовать формированию основ здорового образа жизни, эмоционально – положительного отклика детей на веселое развлечение, построенное на подвижных играх, упражнениях.

Задачи: Воспитывать выдержку, настойчивость, инициативность. Развивать психофизические качества, ловкость, быстроту, силу, выносливость. Учить быстро перестраиваться на месте, выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.

Предшествующая работа: Чтение художественной литературы К.И. Чуковского «Муха-Цокотуха», театрализация отрывка произведения «Муха-Цокотуха», чтение по ролям. Разучивание новых подвижных игр.

Оборудование: Канат, ходули (нетрадиционный спортивный инвентарь – 2 шт.), веревки, музыкальный центр.

Методы и приемы: Словесный, игровой.

Дети под веселую русскую народную музыку «Кадриль» входят в нарядно украшенный зал. Встают полукругом.

1 ребенок: Муха, Муха-Цокотуха, позолоченное брюхо. Муха по полю пошла, Муха денежку нашла.

2 ребенок: Пошла Муха на базар и купила самовар. *Воспитатель одет в костюм Мухи-Цокотухи.*

Муха: Ох, куплю я самовар всем на загляденье и устрою на весь мир сегодня день рождения. Накуплю конфет послаще, куплю торт большой и сладкий, всем гостям по шоколадке.

Дети все вместе: Нынче Муха-Цокотуха именинница!

Муха: Что за день рождения, без нашего веселья. Давайте будем мы играть, меня- Муху поздравлять.

Подвижные игры

1. Игра – музыкальная «Сороконожка». Под музыкальное сопровождение, дети встают друг за другом, держась за «пояс» впереди стоящего ребенка, и по тексту песни выполняют движения. По окончании текста песни, под музыку,

легким шагом передвигаются по залу враспынную. Когда музыка закончится, дети быстро выстраиваются в колонну за ведущим – Сороконожкой.

Текст:

Скачет утром по дорожке, быстрая Сороконожка.

По делам она спешит, громко ножками стучит.

Зацепилась за пенек, изломала сорок ног

Хи-хи-хи, да, ха-ха-ха, вот какая чепуха!

Усложнение: дети делятся на две команды «Сороконожки» – побеждает команда, которая быстрее соберется. Играют 2 раза.

2. Подвижная игра «Шире шагай, раз-два-три не зевай. Стоп». Играющие выстраиваются в шеренгу по одной стороне зала. Ведущий на противоположной стороне зала. Ведущий отворачивается от играющих и произносит считалку «Шире шагай, 1–2–3 не зевай. Стоп». На слово «Стой», дети, которые двигались по площадке, широким шагом – останавливаются. Ведущий оборачивается и смотрит, не двигаются ли дети. Те, кто шевелится, выбывают из игры. Играют 2 раза. **Звучит музыка, появляется Паук – взрослый. Опутывает Муху канатом.**

Инструктор: Вдруг какой-то старичок-паучок меня Муху в уголок поволок, хочет бедную убить, цокотуху погубить.

Паук: А! На день рождения всех пригласила, а меня-то позабыла. Скручу, покрепче я тебя и на дне рождения будешь веселиться не ты, а я!

Муха: Дорогие гости помогите, Паука – злодея победите. Веселила я вас, развлекала я вас, не покиньте меня в мой последний час!

Для того чтобы победить Паука надо «выиграть-победить» в его играх – эстафетах.

Игры-эстафеты

1. Перетягивание каната с Пауком – 2 раза.

2. «Ходули» – со спортивным инвентарем. Играющие делятся на две команды. Надо пройти на «ходулях» до колпачка и обратно. Передать эстафету – играют 1 раз.

3. «Паучки» – и. п. стоя на ногах и руках, вверх животом. Пройти от одной стороны площадки до другой – 1 раз.

Паук: Ну, что же вы меня победили, Паука в эстафетах опередили!

Муха: Давайте будем все играть, веселиться и плясать.

Игры малой подвижности

1. «Заплети паутину» – стоя в кругу. В середине круга лежит обруч с лентами – молоточками. Надо быстрее добраться до обруча.

2. «Паутинка» – стоя в кругу. Паук в центре круга, дети передают друг другу насекомое – игрушку, паук должен поймать игрушку.

Муха и Паук: Гости дорогие проходите, садитесь за стол, самовар уже готов! Заканчивается физкультурный досуг чаепитием в группе.

БОБИК В ГОСТЯХ У РЕБЯТ

Возраст: 1–2 младшая группа

*Юлия Юрьевна Серебренникова,
МБДОУ детский сад «Берёзка» № 127,
г. Иркутск*

Цель: Упражнять детей в ходьбе, высоко поднимая ноги, в подъеме и спуске по гимнастической доске. Закреплять умение выполнять задание инструктора. Учить действовать совместно.

Задачи: Создать у детей радостное настроение, желание играть вместе с педагогом. Развивать эстетический и музыкальный вкус.

Материал и оборудование: Гимнастическая скамейка или доска, корзина, стулья, дуги для подлезания. Шишки, по две на каждого ребенка. Игрушки: собачка, бельчонок.

Инструктор здоровается с детьми, называет их ласково по именам. Если где-то нет кого-то, значит, кто-то где-то есть. Только где же этот кто-то, и куда он мог залезть? (Слышится повизгивание). Это кто-то у нас в зале спрятался, давайте его поищем.

Дети ходят по залу, пролезают под гимнастической скамейкой, перелезают через стулья. Находят спящего щенка (игрушку).

Инструктор: Ой, ребятки, кто это? (Щенок) Да он спит! Давайте мы его разбудим.

Дети будят щенка. Как зовут его, ребята?

Дети: Бобик. Щенок просыпается, потягивается.

Бобик: (Рычит). Спать не дают: шумят, топают, кричат... Пойду, поищу место другое, где можно будет поспать спокойно. А вы за мной не ходите, меня не будите!

Идет по залу, инструктор и детки крадутся за ним, высоко поднимая ноги. Бобик внезапно поворачивается, рычит. Дети убегают.

Инструктор: Ты нас, Бобик, не пугай, лучше с нами поиграй.

Бобик: Ладно, поиграю с вами.

Игра «Вот лежит лохматый пес»

Дети сидят на одной стороне зала, инструктор на противоположной стороне зала изображает пса. Дети гурьбой тихо подходят к нему, а инструктор в это время произносит слова: Вот лежит лохматый пес, в лапы свой уткнувши нос. Тихо, смирно он лежит, не то дремлет, не то спит. Подойдем к нему разбудим,

и посмотрим, что же будет? «Пес» вскакивает и громко лает. Дети убегают, а инструктор пугает их лаем.

Бобик: Молодцы, хорошо умеете бегать. Никого я не догнал! А по бревнышку ходить умеете?

Дети: Да!

Бобик: Тогда идите все за мной. Дети вслед за собачкой **проходят по бревну**, повторяя за инструктором движения.

Бобик: Вот какие вы молодцы! Весело у вас, быстрые вы и ловкие.

Инструктор: А теперь, Бобик, поиграй с ребятами.

Проводится игра «Мы топаем ногами»

Мы топаем ногами, мы хлопаем руками. Киваем головами, мы руки поднимем. Мы руки опускаем, мы руки подаем. (Дети соединяют руки, образуя круг). И бегаем кругами, бегаем кругом. Все бегут, **инструктор** говорит «Стой». Малыши останавливаются.

Бобик: Молодцы, ребята, весело у вас! А вам со мной не скучно?

Дети. Нет!

Инструктор: Ой, ребята, а кто тут шишки раскидал? Давайте поищем, кто это сделал! Дети идут по залу, **подлезают под дуги, перелезают через бревно**, находят бельчонок (игрушку).

Бельчонок: Здравствуйте, дети. Меня зовут бельчонок Тим. А вас? Дети говорят свои имена.

Бельчонок: А вы мне можете помочь, шишки собрать в корзинку?

Дети: Да!

Дети собирают шишки и кладут их в корзинку.

Бельчонок: Спасибо вам, ребята, за помощь! А сейчас давайте поиграем.

Проводится музыкальная игра «Тихо-громко»

Дети садятся на стулья. Музыкальный руководитель играет композицию тихо, дети тихо хлопают, играет громко, и дети хлопают громко. Далее «гавкают» тихо – громко.

Инструктор: Спасибо, бельчонок, за веселую игру!

Бобик и бельчонок (вместе): Спасибо вам, ребята, очень весело играли. Нам с вами было очень интересно играть. Мы вас хотим угостить сладкими конфетами.

Дети благодарят собачку и бельчонка, прощаются и уходят.

В ГОСТИ К ЗАЙКЕ

Возраст: 1–2 младшая группа

*Юлия Юрьевна Серебренникова,
МБДОУ детский сад «Берёзка» № 127,
г. Иркутск*

Программные задачи:

- формировать у детей умение бросать мяч одной рукой;
- развивать умение ходить по кругу друг за другом, перешагивая через предметы;
- воспитывать у детей интерес к физической культуре, дружеские отношения.

Оборудование: Игрушка зайка, мячи по количеству детей, кубики, доска.

Инструктор: Детки, какая сегодня хорошая погода. Мы сегодня с вами пойдем в гости к Зайке в осенний лес.

Инструктор: Чтобы к Зайке нам прийти, надо нам пешком пройти. (Ходьба)

А теперь ветерок подул, и нужно нам пробежать. (Бег)

Дети, посмотрите какие «лужи» глубокие, через них мы будем перешагивать, чтобы дальше нам пройти.

Дети вслед за инструктором перешагивают через «лужи». (Кубики)

(Ходьба с высоким подниманием колен).

Ветерок опять сильный подул, нужно скорее побежать. (Бег)

Ветерок перестал дуть.

Ходьба по кругу. Свободное расположение.

Инструктор: Ребята, посмотрите- мы с вами пришли на полянку, здесь Зайка нас ждет. Давайте с ним поздороваемся. (Дети здороваются с Зайкой.) Что-то Зайка грустный сидит. Не заболел ли он? Нет, Зайке просто скучно, он хочет попрыгать, поиграть.

Инструктор: Давайте с Зайкой поиграем, покажем ему, какие мы ловкие и прыгучие!

Игра «Зайка беленький сидит» (дети повторяют движения)

1. Зайка беленький сидит, и ушами шевелит. Вот так, вот так, он ушами шевелит. (Присаживаются на корточки и, прижав руки к ушам, шевелят ими.)

2. Зайке холодно сидеть, надо лапочки погреть. Хлоп, хлоп, хлоп, надо лапочки погреть. (На слова «Хлоп, хлоп, хлоп» – хлопают в ладоши.)

3. Зайке холодно стоять, надо зайке поскакать. Скок, скок, скок, надо зайке поскакать. (На слова «Скок, скок, скок» – прыгают на двух ногах на месте.)

4. Кто-то зайку испугал, зайка прыг... и ускакал. (Бегут и садятся на стульчики.)

Инструктор: Ребята, посмотрите-ка, сколько шишек на полянке! Их, наверное, подготовил нам Зайка, чтобы мы не заскучали.

(Достать корзинку с шишками).

Давайте поиграем с вами с шишками, покажем нашему Зайке, как мы умеем играть с ними, а он посмотрит.

Игра «Попади в цель»

Теперь давайте встанем в большой круг, в середину положим обруч. Сначала одной рукой бросим, а затем другой.

Инструктор: Молодцы, ребята, как хорошо вы бросали шишки! Давайте уберем наши шишки, очистим полянку. (Собирают шишки в корзинку).

Инструктор: Чтобы к домику Зайки прийти, нужно по узенькой дорожке пройти. (Ходьба по доске). Вот мы и пришли к домику зайки. Зайка хочет с нами поиграть.

Игра «Догони зайку» (Зайка догоняет детей, потом они его)

Инструктор: Детки прыгали, скакали и немножечко устали. (Дети идут друг за другом). Подул сильный-сильный ветерок – делаем вдох через нос и выдох через рот.

Инструктор: Молодцы, ребята, благополучно мы добрались до Зайки, хорошо поиграли с ним. А теперь давайте попрощаемся с Зайкой и возвращаемся в группу.

Дети прощаются с Зайкой, уходят в группу.

В ГОСТИ К ИГРУШКАМ

Возраст: 1–2 младшая группа

*Юлия Юрьевна Серебренникова,
МБДОУ детский сад «Берёзка» № 127,
г. Иркутск*

Задачи:

1. Учить детей прыжкам на двух ногах на месте, вокруг себя, из обруча в обруч. Развивать умение ходить на всей ступне, и друг за другом в колонне не толкаясь. Расширить представления детей о повадках животных (как они двигаются, как «разговаривают с нами»). Приобщать детей к истокам народной культуры. Создать у детей радостное настроение.
2. Развивать потребность к двигательной активности, любознательности; довести до сознания своих воспитанников, что они являются носителями русской народной культуры; формировать душевные качества.
3. Воспитывать любовь к родному языку, доброе отношение к братьям нашим меньшим, чувство прекрасного; расширить представление о красоте, правде, доброте. Окружить малышей теплотой добрых чувств.

Индивидуальная работа: Отработка в индивидуальном порядке прыжки на двух ногах (на месте, вокруг себя, из обруча в обруч). Упражнять в подражательных движениях с точной передачей образа животного, со звуковым сопровождением.

Предварительная работа: В свободное от занятий время знакомить детей с животными – зайцем, лошадкой, кошкой, цыпленком, рассказать об их повадках. Заучивание потешек, песенок. Знакомство с дидактическими и подвижными играми. Помочь в оформлении зала для развлечения.

Ход развлечения:

Зал оформлен как полянка (елочки, цветы), на полянке стоят различные мягкие игрушки (зайчики, мишки, собачки), рядом стоит домик. Дети входят в зал, под музыку и выстраиваются друг за другом «паровозиком», ручки кладут друг другу на плечи, кто стоит ведущим сгибает руки в локтях – он главный паровозик, остальные дети – вагончики.

Инструктор: Сейчас, мы с вами превратимся в паровозик и вагончики и поедим в веселое путешествие к нашим друзьям – игрушкам, вместе с ними, мы будем играть, и выполнять те движения, которые любят делать наши игрушки.

Инструктор: – А теперь пора в дорогу, паровозик – подавай сигнал. Ребенок кричит: «Ту-ту-ту» и дети двигаются вперед «паровозиком» друг за другом, под музыку, и говорят при этом – «Чух-чух-чух». Паровоз, паровоз, новенький блестящий. Он ребятков повез словно настоящий.

Инструктор: А теперь ребята послушайте, про кого я вам загадаю загадку. Рано-рано поутру, он кричит: Ку-ка-ре-ку. Кто это? (Дети отвечают).

Инструктор: Правильно, это петушок. Давайте Петушку расскажем какой он хороший, да пригожий. Петушок, петушок, золотой гребешок, маслина головушка, шелкова бородушка. Что ты рано встаешь, голосисто поешь, деткам спать не даешь? **Ходьба на месте с высоким подниманием колен и взмахом рук в стороны: «Петушки».**

Инструктор: А теперь, давайте подышим носиком как «Петушки» (вдох носом, рот закрыт, выдох ртом – « Ку-ка-ре-ку», и поднимать «крылышки» – руки вверх).

Инструктор: Ну что, поедem дальше? Построились за нашим « паровозиком» все «вагончики» и поедem дальше. Дети проходят один круг по залу «паровозиком» друг за другом и останавливаются у домика, на котором стоит игрушка Зайчик.

Инструктор: Вот мы и приехали, в этом домике живут Зайчата. Давайте вместе с ними попрыгаем и покружимся.

Дети под музыку выполняют – **прыжки на двух ногах**, руки сложены на груди, ноги вместе, выполняют прыжки вокруг себя, ноги вместе;

Раз–два–три–четыре–пять (берем зайчика (игрушку), прыгаем).

Вышел зайчик поскакать (вверх-вниз).

Огляделся (вращаем голову зайчика).

Повертелся, (вращаем игрушку).

Посмотрел наверх и вниз (наклоняем вперед-назад).

Пробежался, (бежим). Забоялся.... (прячем за спину).

Где ты, зайчик, отзовись! (показываем).

Подвижная игра «Зайка беленький сидит»

Зайчик беленький сидит и ушами шевелит. Вот так, вот так!

Зайке холодно сидеть, надо лапочки погреть. Хлоп-хлоп, хлоп-хлоп.

Зайке холодно стоять, надо зайке поскакать. Скок-скок, скок-скок.

Инструктор: А сейчас, зайчата решили немножко похулиганить, и попрыгать по лужам! (**Прыжки из обруча в обруч, руки на поясе, ноги вместе**).

Инструктор:

– у нас такие замечательные зайчики, они очень высоко прыгали и наверное устали. Давайте сложим ладошки лодочкой и будем сдувать листики (вдох носом, выдох ртом).

– Ну, что нам пора в путь, в гости к нашим новым друзьям, давайте помашем ручкой зайчишкам, сядем в поезд и поедem дальше. Дети строятся друг за другом « паровозиком» и продолжают идти по залу. Говорят: «чух-чух-чух», а паровозик – «ту-ту-у-у». Останавливаются около – Лошадки.

Инструктор: Дети, вы знаете как здороваются лошадки? Они машут головой и бьют копытом о землю. Давайте поздороваемся с лошадками (дети выполняют упражнения).

Я люблю свою лошадку, причешу ей шерстку гладко.

Гребешком приглажу хвостики верхом поеду в гости.

– А сейчас, давайте покатаемся на лошадках.

Игра «Покатаемся на лошадке»

Инструктор: Какие замечательные у нас лошадки! Они как настоящие скакали по залу и звонко «разговаривали» с нами. Давайте попрощаемся с нашими друзьями лошадками и опять поедem в гости. Дети выстраиваются паровозиком и идут по залу. Останавливаются около домика, у которого игрушка – Котик.

Инструктор: Ребята, позовите его ласково (дети зовут). Посмотрите, какая у него шубка, глаза, усы. Вам нравится котик?

Давайте расскажем ему, какой он хороший.

Пошел котик на Торжок, купил котик пирожок.

Пошел котик на улочку, купил котик булочку.

Самому ли есть, или Ване с несть?

Я и сам укушу, да и Ванечке снесу.

Инструктор: Давайте покажем котику, что мы умеем. Дети выполняют: –

Ползание с опорой на руки и колени.

– Потягивание на передних лапах и на задних.

– Киска «умывается» сидя на четвереньках. Рукой как будто бы «умывают» мордочку и носик лапкой - «прыгают» за мышкой, сидя на четвереньках прыжок вперед – вверх.

Инструктор: Ну, а сейчас нам пора возвращаться в группу. Давайте сядем в наши «вагончики», « паровозик» нам погудит, и поедem в группу.

Ходьба по залу паровозиком, и выход из зала.

ВЕСЕЛОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ

Возраст 1–2 младшая группа

*Юлия Юрьевна Серебренникова,
МБДОУ детский сад «Берёзка» № 127,
г. Иркутск*

Задачи:

1. Расширить представления детей о повадках животных (как двигаются, как «разговаривают с нами»).
2. Упражнять в прыжках на двух ногах на месте, с продвижением, через ленту.
3. Развивать потребность к двигательной активности.
4. Развивать творческую двигательную активность.

Индивидуальная работа: Отработка в индивидуальном порядке прыжков на двух ногах (на месте, с продвижением, через ленту). Упражнять в подражательных движениях с точной передачей образа животного, со звуковым сопровождением.

Предварительная работа: В свободное от занятий время знакомить детей с животными – зайцем, лошадкой, кошкой, цыпленком, рассказать об их повадках. Помочь в оформлении зала для развлечения.

Оборудование: Большие модули, игрушки зайца, петушка, утенка, лошадки, кошка, вожжи.

Зал оформлен как осенняя полянка (деревья, цветы), на полянке стоят различные мягкие игрушки (зайчик, мишка, собачка), из больших кубиков построен «вокзал».

Дети входят в зал, и выстраиваются друг за другом «паровозиком».

Инструктор: Сейчас мы с вами отправимся в веселое путешествие к нашим друзьям – игрушкам и вместе с ними поиграем.

Инструктор: А теперь пора в дорогу, паровозик – подает сигнал (инструктор кричит «Ту-ту-ту») и дети двигаются друг за другом, под музыку (фонограмма – «Ку-ка-ра-ча», сборник «Вокруг света»), и говорят при этом – «Чух-чух-чух». Дети проходят один круг по залу «паровозиком» друг за другом и останавливаются у «вокзала», на котором стоит игрушка «Зайчик».

Инструктор: Вот мы и приехали, на этой станции живет – Зайка. Давайте вместе с ним попрыгаем. Дети под музыку выполняют – прыжки на двух ногах.

Инструктор: А сейчас зайчата решили немножко похулиганить и попрыгать по лужам! (прыжки через ленточки, руки на поясе, ноги вместе).

Инструктор: У нас такие замечательные зайчики, они очень высоко прыгали и, наверное, устали. Давайте возьмем по листику на полянке, как я сложим ладошки лодочкой и будем сдувать листики (вдох носом, выдох ртом).

– Ну, что нам пора в путь, в гости к нашим новым друзьям, давайте помашем зайчику, сядем в поезд и поедem дальше.

Дети строятся друг за другом «паровозиком» и продолжают идти по залу. Говорят, «чух-чух-чух», а паровозик – «ту-ту-у-у». Останавливаются около «вокзала», на котором стоит игрушки: Петушок и Утенок.

Инструктор: Мы приехали в гости к Петушку и Утенку, давайте вместе с ними поиграем:

– наклон спины вперед, не задирая голову вверх, с поднятием рук вверх – «как крылья» и работой пальчиками;

– ходьба на месте с высоким подниманием колен и взмахом рук в стороны, как петушки.

– вместе с утятами мы, станцуем танец (звучит фонограмма – «Танец маленьких утят»).

Инструктор: Ребята, вы так здорово танцевали, и, наверное, устали, давайте на выдохе произнесем как Петушки: «Ку-ка-ре-ку», и поднимем «крылышки» – руки вверх).

Инструктор: Ну, что поедem дальше?

– Построились за нашим «паровозиком» все «вагончики» и поедem дальше.

Дети идут по кругу по залу, под фонограмму. Останавливаются около «вокзала», где стоит Лошадка.

Инструктор: Дети, вы знаете, как здороваются лошадки? Они машут головой и бьют копытом о землю. Давайте поздороваемся с лошадками (дети выполняют упражнения)

– А сейчас, давайте покатаемся на лошадках.

Игра «Покатаемся на лошадке». Детям дают вожжи, один ребенок наездник, другой – лошадка, на слова: – «Но» – бег с изменением темпа. – «Тпру» – скользящие постукивания правой и левой ногой. После меняются местами.

Инструктор: Какие замечательные у нас лошадки! Они как настоящие скакали по залу и звонко «разговаривали» с нами. Давайте попрощаемся с нашими друзьями лошадками и поедem дальше.

Дети выстраиваются паровозиком и идут по залу под фонограмму. Останавливаются около «вокзала», где сидит Кошка.

Инструктор: Мы приехали в гости к кошке Мурке. И ей очень хочется посмотреть на нас и познакомиться с нами. Давайте покажем Мурке, что мы умеем: **ползание с опорой на руки и колени; потягивание** на передних лапах

и на задних; кошка «умывается» – сидя на четвереньках, рукой как будто бы «умывают» мордочку и носик лапкой.

Инструктор: Ой, ребята, мы опаздываем в детский сад и нам пора возвращаться. Давайте попрощаемся с игрушками и сядем в наши «вагончики», «паровозик» нам погудит и поедет в группу.

Ходьба по залу паровозиком, и выход из зала.

ТОП, ТОП, ТОПАЕТ МАЛЫШ

Возраст: 2–3 года (с родителями)

*Юлия Юрьевна Серебренникова,
МБДОУ детский сад «Берёзка» № 127,
г. Иркутск*

Задачи: Развивать двигательные навыки детей, развивать координацию движений, ориентировку в пространстве. Содействовать возникновению у детей и родителей чувства радости от совместных занятий, игр.

Под музыкальное сопровождение родители ожидают детей в спортивном зале. Через разноцветный туннель по одному появляются дети. Родители встречают своего ребёнка.

Инструктор: Предлагаю отправиться в путешествие. Вместе за руки возьмитесь, друг за другом мы идем, не спешим, не отстаем. Стала узкою дорога, где бы нам поставить ноги.

Упражнение «Совместная ходьба»

Ребенок стоит лицом к взрослому и ставит свои стопы на ноги взрослого. Взрослый держит ребенка за руки, и они идут вместе. На носочки встанем все – сразу подрастём. На носочки встанем все – и вот так пойдём.

Упражнение «Ходьба на носках»

Ребенок стоит спиной к взрослому. Взрослый держит ребенка за руки, и ведет его на носках.

Инструктор: Препятствия впереди их нам надо перейти (кочки, мягкие модули, туннель...). На полянку мы пришли, айда танцевать!

Песня-пляска с родителями «Звонкие ладошки»

Ой, какая гора перед нами выросла. Нам надо обязательно на нее подняться. Вы готовы забраться на вершину?

Упражнение «Поднимись на горку»

Взрослый держит за руки ребенка, стоящего к нему лицом. Ребенок поднимается вверх по его ногам, туловищу. Вот мы и оказались на самой вершине горы. Теперь нам как-то надо спуститься с нее. Но надо сделать это аккуратно, чтобы не повредить себе ничего.

Упражнение «Прыжки»

Наши детки будут зайчиками, а родители препятствием, бревнышками для заек. Взрослый сидит, ноги вытянуты вперед. Ребенок стоит сбоку взрослого, держась за руки, перепрыгивает через ноги взрослого. Молодцы, у меня для вас загадка.

*Мордочка усатая, в нашем доме живет.
Молоко из миски пьет, часто умывается.
За хвостом гоняется (кошечка).*

Сюрприз

Из подготовительной группы девочка в костюме кошки.

Кошечка: У меня есть мячики, давайте в них и поиграем.

Игра «Прокати мяч»

Инструктор: Предлагает родителям и детям удобно разместиться по всему залу, встать друг против друга на расстоянии 1,5 м. и поиграть с мячом.

Инструктор: Мячики кладите и на танец становитесь.

Песня-пляска с родителями «Приседай» (поплясать становись и друг другу поклонись)

Инструктор: Молодцы, присядем отдохнуть.

Шёл один я по дорожке, (показываем один пальчик).

Шли со мной мои две ножки, (показывает два пальчика).

Вдруг на встречу три воробушка, (показываем три пальчика).

Ой, мы видели котенка! (хлопает ладошками по щекам и «удивляемся», качая ладошками голову). У него четыре лапки, (показываем четыре пальчика). На лапках — острые царапки, (ноготками царапаем по любой поверхности или колленке). Один, два, три, четыре, пять, (на каждый счёт показываем соответствующее число пальчиков)- нужно быстро убежать! (убегаем указательным и средним пальчиком).

Подвижная игра «Воробышки и кот»

Дети в гнездах у родителей, родители сидят в позе лотоса по краю ковра. В стороне сидит кошка. «Воробышки полетели», воробышки машут крыльями — и бегают врассыпную по залу. Кошка просыпается, произносит «мяу-мяу» и бежит за воробышками. Они должны быстро улететь в гнездышки, к родителям. Игра повторяется 3–4 раза.

Инструктор: Хвалит детей за проделанный путь.

– Вот какая дорога у нас была длинная, давайте вместе вернемся в детский сад.

ЗИМУШКА-ЗИМА

Возраст: 1–2 младшая группа

*Юлия Юрьевна Серебренникова,
МБДОУ детский сад «Берёзка» № 127,
г. Иркутск*

Задачи: Упражнять в ходьбе и беге в колонне друг за другом, ходьбе с высоким подниманием колена. Закреплять бег враспынную, прыжки на двух ногах с продвижением вперед, отталкиваясь одновременно двумя ногами. Развивать ловкость, быстроту, выдержку и внимание, равновесие. Вызвать у детей положительный эмоциональный отклик на упражнения, прививать любовь к физкультуре.

Оборудование и материалы: Елочка, дуги разной высоты, кубики.

Ход: Дети заходят в физкультурный зал, строятся друг за другом.

Инструктор: «Веселится детвора, снег – снежок идет с утра.
Скоро праздник – Новый год. Елка в гости к нам придет.
И ребята, и зверята праздник ждут, а звери ведь в лесу живут.
В гости к ним сегодня мы пойдём». (Да)

Ходьба в колонне по одному по кругу под музыкальное сопровождение.

Инструктор: «По сугробам мы шагаем, выше ножки поднимаем! По сугробам мы идем и ничуть не устаем».

Ходьба с высоким подниманием колена.

Инструктор: «Холодно в лесу зимой – Побежали все за мной!
С бегом будет веселей, с бегом будет нам теплей».

Быстрый бег в колонне.

Инструктор: «По тропинке мы шагаем, руки наши согреваем».

Ходьба с хлопками на каждый шаг.

Инструктор: «Вот полянка, вот и лес. Вот и елка до небес!»

Перестроение в круг. В середину круга ставится елочка.

Общеразвивающие упражнения (ОРУ)

Вот и елка до небес. Вот она, какая. Елочка большая!» (Поднять руки вверх, потянуться.)

Яркие игрушки. Здесь конфеты и шары. Пряники, хлопушки.
Вы игрушки доставайте, елку вместе украшайте». Наклон вниз (взяли игрушку), вытянуть руки вперёд (имитация украшения ёлки).

Ёлка стала красоваться, а мальчишки и девчонки, стали улыбаться. Всем ребятам нравится, елочка-красавица». (Пальцы на руках растопырить, повороты корпусом вправо, влево, руки в стороны). Кто под елкой тихо плачет и тихонечко дрожит? Мы присели – дружно встали, никого не увидали. Мы присели, дружно встали, вдруг зайчишку увидали». (Приседания, руки вдоль туловища). Тут зайчишки прибежали, чудо-елку увидали. Стали прыгать, веселиться и вокруг себя кружиться». (Прыжки на двух ногах, вокруг своей оси.)

Инструктор: «На праздник к лесной новогодней елке придут зверята (лисички, зайцы).

Ползание на четвереньках под дугами.

Прыжки на двух ногах с продвижением вперед.

Подвижная игра «Волшебные ёлочки»

Дети замирают, изображая красивую ёлочку. По сигналу: «Ночь», дети разбегаются по залу, по сигналу: «Лесник» – замирают в форме елки. Лесник обходит елочки и выбирает самые ровные.

Дыхательная гимнастика «Хлопушка»

Вдох носом, руки развести в стороны, выдох через рот, хлопнуть ладонями о ноги.

Инструктор: Ёлочку мы нарядили, все звери успели к празднику. Теперь они, как и мы, встретят Новый год весело и дружно. А нам пора прощаться с зимним лесом и отправляться в группу.

МЫ ЗА СОЛНЫШКОМ ШАГАЕМ

Возраст: 1–2 младшая группа

*Юлия Юрьевна Серебренникова,
МБДОУ детский сад «Берёзка» № 127,
г. Иркутск*

Цель: Упражнять детей в ходьбе: высоко поднимая ноги, на четвереньках, в подъёме и спуске по гимнастической доске. Закреплять умение выполнять задание по инструкции. Учить действовать совместно.

Предварительная работа: Наблюдение за тучами и солнцем. Рассказывание словацкой народной сказки «У солнышка в гостях».

Ход развлечения: Дети собираются на участке детского сада, звучит весёлая музыка. Воспитатель обращает внимание детей на хорошее солнечное утро.

Инструктор: Солнце встало на заре, побежало по траве. Мы за солнышком идем, сто друзей себе найдём!

Дети идут за инструктором по кругу, стайкой.

Мы шагаем, мы шагаем прямо по дорожке, хорошенько поднимаем выше наши ножки!

Дети стараются идти, высоко поднимая ноги, по показу инструктора (20–30 сек.).

Инструктор: Дети, на улице стало пасмурно, солнце спряталось за тучу.

Инструктор: Пойдём солнышко искать? Вы знаете, где оно живёт? (Нет). Вот улитка на дорожке (указывает на игрушку), может быть, она знает, где нам солнышко найти? Давайте подползём к ней и спросим. Звучит аудиозапись спокойной музыки. Дети на четвереньках **подползают** к игрушке.

Инструктор: Улитка спряталась в свой домик. Позовите её.

Дети: Улитка, улитка, покажи рога, дам тебе я молока.

Инструктор: (берёт игрушку на руки, говорит за неё). Улитка, помоги нам солнышко найти.

Улитка: Не могу я вам помочь, я по земле ползаю, в небо не смотрю.

Инструктор: На пути – крутая горка, эй, шагай смелей, Егорка! На вершине горки встанем, может, солнышко достанем?

Дети **идут по наклонной доске**, поднятой на высоту 15–20 см, и спрыгивают в песочницу (3–4 раза). На площадку вносится яркий мяч.

Инструктор: Яркий мячик, круглый мячик, вот как весело он скачет. Очень мячик шустрый, потому что круглый!
 Дети любым способом **бросают мяч в изображение тучи** (3–4 раза).

Инструктор: Превратилась туча в лёгкое облачко и улетела, а солнце на небо вошло. Всем стало светло и тепло. Давайте для солнышка споём и станцуем. Исполняется песня «Солнышко» (муз. Т. Вилькорейской). Дети, инструктор и воспитатель подпевают и выполняют движения.
 Мы пустились дружно в пляс (встают в круг, берутся за руки).
 Смотрит солнышко на нас (идут по кругу).
 Танцевать и я умею (идут в обратную сторону).
 В гости к вам приду сейчас (идут с притопом, на проигрыш – кружатся).
 Заглянуло в детский сад (руки сгибаются в локтях, поворачивают корпус вправо-влево).
 Улыбнулось всем подряд (вытягивают руки вперёд).
 Я дарю вам одуванчик (сходятся в центре круга).
 Как хорош его наряд! (Подходят к изображению солнца).
 Инструктор одевает шапочку Мышки.

Инструктор: Прибежала мышка в гости, веселится с нами хочет.
 Кто здесь смелый, выходите, нашу мышку догоните!
 Дети бегают по площадке за Мышкой.
 До чего же ловкие, стали наши детки!
 Я ребяток наших, угощу конфетками!
 Мышка угощает детей конфетками, дети благодарят её.

МЫ РАСТЁМ ЗДОРОВЫМИ

Возраст: 1–2 младшая группа

*Юлия Юрьевна Серебренникова,
МБДОУ детский сад «Берёзка» № 127,
г. Иркутск*

Цель: Способствовать проявлению детской активности, самостоятельности и инициативы в действиях.

Воспитательные задачи: Вызвать у детей эмоциональный отклик на игровое занятие и желание участвовать в нем; учить детей играть вместе, не толкая и не обижая, друг друга; учить более ловких детей помогать другим малышам; учить детей сочувствовать и сопереживать сказочному персонажу.

Образовательные задачи: Учить детей слушать речь воспитателя; развивать цветное восприятие; развивать внимание.

Двигательные задачи: Побуждать детей бегать в разных направлениях; закреплять навыки детей в ходьбе стайкой за воспитателем; продолжать учить детей подпрыгивать на двух ногах; учить детей бегать и останавливаться по сигналу воспитателя.

Оборудование: Лес (ёлочки, цветы), болото, ручеек (из ткани голубой), корзинки с шишками, грибы.

Дети входят в зал, становятся в круг. Инструктор предлагает им совершить прогулку в лес «на поезде». Малыши занимают места «в вагонах» (строятся в колонну за инструктором). Песня «Поезд». Поехали в веселом поезде. Приехал поезд- «шу-шу-шу». Кондуктор объявляет остановку. Ребята «выходят» из вагонов.

Инструктор: Дети! Мы приехали в лес. Здесь есть веселая полянка. Но чтобы до нее добраться, надо перейти болото, потом перепрыгнуть через ручеек. Давайте вначале сделаем зарядку, тогда легче будет преодолеть все препятствия.

Рано утром по порядку, заяка делает зарядку:

1. Лапки вверх он поднимает, ими весело играет. Лапки вниз он опускает, ими весело играет.
2. Заяка вертит головой, вот веселый он какой.
3. Заяка низко приседает, заяка глубоко вздыхает. (присесть на корточки и вздохнуть).

Инструктор: А теперь, возьмем корзинки с шишками и пойдем на полянку. Осторожно, здесь болото! Нужно пройти его так, чтобы не замочить ноги.

Игра «По узенькой дорожке» (ходьба по «дорожке здоровья», дети по одному идут по дорожке, инструктор следит чтобы дети не толкались)

Инструктор: Молодцы! Никто не замочил ног! А теперь попробуем перейти через этот ручеек.

Игра «Перепрыгни через ручеек». Ручеек нужно перепрыгнуть там, где он широкий (40 см) и там, где он узкий (20 см).

Инструктор: Вы, наверное, устали? Сейчас мы отдохнем у этой речки. Дети «салятся» на берегу вместе с инструктором.

Проводится **игра «Кто дальше бросит».** Дети бросают шишки в речку, (речка сделана из голубого материала). Раздаётся стук в дверь заходит медведь.

Медведь: Здравствуйте, ребятки, я пришёл к вам в гости и хочу с вами поиграть. **Проводится игра «У медведя во бору».** Игра для самых маленьких. Из всех участников игры выбирают одного водящего, которого назначают «медведем». На площадке для игры очерчивают 2-а круга. Первый круг – это берлога «медведя», второй – это дом, для всех остальных участников игры. Начинается игра, и дети выходят из дома со словами: «У медведя во бору грибы, ягоды беру, а медведь не спит, и на нас рычит».

После того, как дети произносят эти слова, «медведь» выбегает из берлоги и старается поймать кого-либо из деток. Если кто-то не успевает убежать в дом и «медведь» ловит его, то уже сам становится «медведем» и идет в берлогу.

Инструктор: А вот и веселая полянка. Здесь нас ждет красивая карусель (разноцветный обруч с лентами).

Проводится игра «Карусель»

Подготовка к игре: играющие становятся в круг диаметром 6–8 м. По сигналу инструктора они громко произносят «Еле-еле, еле-еле, закружились карусели, а потом кругом, кругом все бегом, бегом, бегом». В соответствии с текстом дети идут по кругу сначала медленно, а потом постепенно ускоряют движения. После того, как дети пробегут два круга, они постепенно переходят на ходьбу, говорят: «Тише, тише, не спешите! Карусель остановите! Раз-два, раз-два! Вот и кончилась игра!» Движение карусели замедляется, дети опускают руки. Игра повторяется, дети двигаются по кругу в другую сторону.

Медведь: Ой, спасибо, мои ребятки, мне с вами было очень весело, понравилось мне у вас, и я приготовил вам гостинцы (раздаёт конфеты). Вместе с детьми благодарим медведя, и провожаем его.

По тропинке (дорожке здоровья) возвращаемся в детский сад.

МЯЧИК КРУГЛЫЙ ЕСТЬ У НАС

Возраст: 1–2 младшая группа

*Юлия Юрьевна Серебренникова,
МБДОУ детский сад «Берёзка» № 127,
г. Иркутск*

Цель: Учить играть с мячом, развивать двигательную активность.

Предшествующая работа: Утренняя гимнастика с использованием мяча, физкультурные занятия с мячом, подвижные игры с мячом.

Оборудование: Мячи среднего и малого размера на всех детей, корзина для забрасывания мячей.

Инструктор вносит в зал две корзины с мячами, ставит их на пол. Сегодня у нас праздник мяча, и я принесла вам много мячей!

Игра «Найди себе мяч»

Подниму я мячики высоко, высоко! Разлетятся мячики далеко, далеко!

Наши детки побегут и мячи себе найдут! По окончанию слов инструктор подбрасывает мячи вверх, так чтобы они разлетелись в разные стороны. Дети должны быстро собрать их назад, в корзину. Игра продолжается 2–3 раза.

Наши мячики такие веселые, любят играть в прятки, давайте покажем, как мы умеем играть в эту игру.

Игра «Мой мячик» (дети встают в круг, в руке держат мяч)

Инструктор находится в центре круга и говорит слова:

«Мимо деток я иду, мячик я себе найду.

Ну-ка, детки, не зевайте, мяч к себе вы прижимайте.

Мяч рукою накрывайте, мяч за спину убирайте.

(Дети должны убирать мяч за спину, когда инструктор проходит мимо них).

Дети убирают мячи в корзину после игры.

Инструктор: Ребята, но у нас еще есть и другие мячи, и они колючие как ежики. Вы умеете с ними играть?

Инструктор высыпает колючие мячи из корзины, дети разбирают по одному мячу.

Игра «Укрепляем ручки»

«Этот мячик так хорош, Он на ёжика похож.

Буду пальцы укреплять, мячик ручками катать».

Инструктор: Наши мячи пусть отдохнут, но один, самый веселый, и самый большой захотел с нами еще поиграть. Давайте с ним поиграем.

Игра «Мяч в кругу» (дети рассаживаются по кругу, на ковре)

Инструктор: Предлагает катать мяч друг от друга, отталкивая его двумя руками.

Игра «Не сердись – улыбнись!»

Дети стоят в кругу на расстоянии одного шага друг от друга и передают друг другу мяч со словами: «Не сердись, улыбнись!»

Инструктор: Устал и этот мячик, пора ему домой. (Инструктор уносит мячики). Любимые дети, умелые дети, вы самые лучшие дети на свете! Для вас кое-что я, друзья, припасла-вот шарики, детки, для вас от меня. Дети прощаются и уходят в группу.

ПОМОГИ ЗАЙКЕ ВЫЗДОРОВЕТЬ

Возраст: 1–2 (младшая группа)

*Юлия Юрьевна Серебренникова,
МБДОУ детский сад «Берёзка» № 127,
г. Иркутск*

Задачи: Вызвать у детей положительный, эмоциональный настрой, укреплять здоровье детей, совершенствовать двигательные умения и навыки, развивать равновесие, глазомер, координацию движений. Вызвать желание заниматься физической культурой.

Материал и оборудование: Ребристая дорожка, конусы, арки, скакалка, скамейка, кочки, труба.

Инструктор: Физкультурой малыши любят заниматься, нам болезни не страшны, нас они боятся.

Инструктор: Смотрите ребята, какая морковка, а на ней письмо. Кто его написал? (Читает письмо).

Заболел в лесу зайчонок – ай, ай, ай. Говорит: «нет сил терпеть!».

Инструктор: Нужно в лес идти друзья, выручать зайчонка.

(Дети идут по ребристой дорожке, обходя конусы, арки, инструктор хвалит детей, подбадривает). Подходят к дому зайки. Зайка выходит, держась за живот.

Инструктор: Здравствуй, Зайка, что ты ел? Почему ты заболел?

Зайка: Я люблю хрустеть морковкой, я давно ее люблю.

У меня морковкой бровки, правда – правду, говорю.

Съел я целую колоду. Стал я сильно поправляться.

Трудно мне передвигаться (охает, вздыхает).

Инструктор: Хватит, Заинька, сидеть, надо Заинька худеть.

Инструктор: Ребята, давайте научим Заиньку играть.

Подвижная игра «Огуречик-огуречик»

Ход игры: на одном конце зала – инструктор, на другом дети. Они приближаются к инструктору прыжками на двух ногах.

Инструктор: Огуречик, огуречик не ходи на тот кончик, там мышка живет, тебе хвостик отгрызет (2–3 раза).

Зайка: Ох-ох-ох, уморили вы меня. Вспомнил! Я тоже знаю много игр.

Игра «Хомка» (малоподвижная игра)

Хомка, Хомка, хомячок (руки на поясе). Полосатенький бочок (повороты влево, вправо). Хомка раненько встает (руки через в стороны вверх, встают на носочки). Щечки моет, спинку трет (моют щеки, друг другу трут спины). Подметает Хомка хатку (наклоны вперед). Хомка делает зарядку (маршируют). Пять шагов и пять прыжков (действия по тексту). Хомка сильным хочет стать.

Зайка: Какие вы молодцы ребята! А у меня есть еще одна игра - самая любимая.

Игра «Зайка беленький сидит»

Зайка беленький сидит и ушами шевелит. Вот так! Вот так! Он ушами шевелит. (Присаживаются, покачивают головой, держат прижатые к ушам вытянутые ладони).

Зайке холодно сидеть, надо лапочки погреть. Хлоп-хлоп, хлоп-хлоп! Надо лапочки погреть. (Хлопают в ладоши, после хлопков встают).

Зайке холодно стоять, надо зайке поскакать. Скок-скок, скок-скок. Надо зайке поскакать. (Прыгают на двух ногах на месте или продвигаясь вперед.)

Зайка: Ух, устал же я, ребята – пойду я полежу.

Инструктор: Нет, нет – хватит спать лежебока, нам пора играть.

Дети проходят полосу препятствий:

- перепрыгивают через веревку двумя ногами;
- идут по ребристой дорожке;
- проползают под дугой;
- перешагивают кочки;
- пролазят в трубу.

Игра «Пляска»

- Поплясать становись и друг другу поклонись – 2 р.
- Будем все приседать, дружно сесть, дружно встать – 2 р.
- Машут ручки ребят – это птички летят – 2 р.
- Ручки хлоп, ручки хлоп, еще раз хлоп да хлоп – 2 р.
- Ножки топ, ножки топ, еще раз топ да топ – 2 р.
- Вот и кончился пляс, поклонись еще раз.

Зайка: Уморили вы меня, в путь дороженьку пора! Сейчас немного отдохнем: «Неболейка» (игровой самомассаж).

- Чтобы горло не болело, мы его погладим смело.
- Чтоб не кашлять, не чихать, нос мы будем растирать.
- Разотрем теперь мы уши, вот так, вот так.
- Да, да, да! да- да- да! Нам простуда не страшна. (хлопают в ладоши).

Зайка: Теперь я знаю, дети, нужно спортом заниматься и, конечно, закаляться, чтобы не болеть. А зато, что вы мне помогли я хочу вас угостить печеньем

(Зайка отдает детям корзину с печеньем). Ну а теперь мне пора бежать. До свидания (Зайка прыжками покидает зал).

Инструктор: Вот мы и помогли зайке и нам тоже пора возвращаться в группу (дети под музыку покидают зал).

ПУТЕШЕСТВИЕ В СКАЗОЧНЫЙ ЛЕС

Возраст: 1–2 младшая группа

*Юлия Юрьевна Серебренникова,
МБДОУ детский сад «Берёзка» № 127,
г. Иркутск*

Цель: Развитие эмоционального интереса к двигательной деятельности.

Задачи: Воспитывать у детей потребность в движении. Закрепить умение выполнять основные виды движений: бег змейкой, ходьба в колонне по одному, метание в вертикальную цель. Развивать выносливость, ловкость, смекалку.

Оборудование: Круглые мягкие модули, спортивный рукав, силуэты зверей, картинки леса, снежки, сшитые из ткани и ваты.

Участники: Воспитатель, дети, музыкальный руководитель, инструктор по физо.

Инструктор: Вы, ребятки, подойдите на меня все посмотрите, с вами мы пойдем гулять, в лес зверушек навещать, но этот лес – не просто лес, этот лес – страна чудес! (Дети выстраиваются в колонну по одному и идут друг за другом). Мы шагаем, мы шагаем, прямо по дорожке, хорошенько поднимаем выше наши ножки! (Дети стараются идти, высоко поднимая ноги, по показу инструктора). Вот, ребята, мы в сказочном лесу.

Ребятки, отгадайте **загадку** и узнаете, кого мы с вами сейчас встретим?

– Он зимой в берлоге спит, потихонечку храпит, а проснётся, ну реветь, как зовут его? (Медведь).

Давайте, как мишки, полезем в берлогу (**Ползание на четвереньках поддугу**). Пошли дальше, а то Мишку разбудим, и он будет сердиться на нас. На пути пеньки стоят, нам их нужно оббежать. (Дети выполняют упражнение **«Бег змейкой между предметами»**). Про кого же эта загадка?

Любит красную морковку, грызёт капусту очень ловко.

Скачет он, то тут, то там, по лесам и по полям.

Серый, белый и косой, кто скажите он такой (заяц).

Инструктор: Ребята, попрыгаем как зайчики. **Прыжки на двух ногах.** Устал заяк, надо ему отдохнуть.

А в лесу ветер подул. Дети выполняют **упражнение «Ветер»:**

И. п. – ноги на ширине плеч, руки на поясе.

На счет 1–3-наклон вправо; на счет 4 принять и. п.

– Обо мне, о Хитроглазке, знаешь ты стихи и сказки.

Хвост мой пышный, что коса, я - красавица...(Лиса)

Чтобы заяк не боялся лисы, давайте напугаем лису, и она убежит.

Дети выполняют упражнение «Метание в вертикальную цель», по очереди кидая мячи в макет лисы.

Инструктор: Лису мы прогнали. Ну вот, немного побродили, зверей мы всех уж навестили. Пора ребята уходить, но что нам лесу подарить? А давайте-ка мы все, подарим разные шары. Прежде чем дарить их будем, мы сначала их надуем.

Дети выполняют упражнение на дыхание.

Воздуха вдохнули – один шар надули.

Еще раз воздуха набрали – второй шар накачали.

И последний раз вдохнули – третий шарик мы надули.

Прежде чем нам уходить, нужно всех поблагодарить,

За то, что было здорово, за то, что было весело.

Прекрасный лес-страна чудес! Мы говорим тебе – спасибо!

А сейчас за мною встали, и домой все зашагали!

ПУТЕШЕСТВИЕ В СТРАНУ СКАЗОК

Возраст: 1–2 младшая группа

*Юлия Юрьевна Серебренникова,
МБДОУ детский сад «Берёзка» № 127,
г. Иркутск*

Программное содержание: Закрепить умение ходить в колонне по одному; ходить и бегать, согласовывая движения рук и ног; ходить по наклонной доске удерживая равновесия; упражнять в беге друг за другом, не выходя из строя; учить прыгивать с наклонной гимнастической доски, на полусогнутые ноги. Привлекать детей к совместным подвижным играм; развивать умение дружно играть; воспитывать чувство взаимопомощи.

Оборудование: Кубики по количеству детей, наклонная гимнастическая доска, ведерки по количеству детей.

Действующие лица: Кошка, Волк – дети подготовительной группы.

Инструктор: Собираемся друзья, отправляться в путь пора.

Сказка, дверь нам отвари и ребят наших впусти. Двери открываются, сказка начинается.

Сказка 1 «Теремок»

Инструктор: Стоит в поле теремок. Ай да терем, как хорош.

Кто живет в нем – не поймешь. Давайте покажем, кто в тереме живет.

(Дети выполняют имитирующие движения)

Мышка – норушка (ходьба на носках).

Зайчик-побегайчик (прыжки на носках).

Лягушка – квакушка (присесть на корточки и произносить «ква-ква- ква»).

Мишка косолапый (ходьба на внешней стороне стопы).

ОРУ с кубиками

Инструктор: Для того чтобы нам перейти в следующую сказку, надо выполнить волшебные упражнения:

1. Упражнения для рук.

И. п.: ноги на ширине ступни. Кубик в обеих руках внизу:

1–2 поднять руки вверх;

3–4 опустить вниз (4–5 раза).

2. «Наклоны вперед».

И. п.: ноги на ширине плеч, кубик в руках пред грудью.

Наклоны вперед (3–4 раза).

3. «Сидя».

И. п.: сидя, ноги скрестить, кубик в руках.
Повороты – вправо, тоже влево (по 4 раза).

4. Приседание.

5. Прыжки.

И. п.: ноги вместе, руки на поясе, кубик на полу.
Прыжки вокруг кубика на двух ногах.
(Дети проходят по кругу, складывая кубики друг на друга, строят дом. Около построенного дома, инструктор ставит нарисованный огонь).

Сказка 2 «Кошкин дом»

Тили-тили! Тили-бом.
Загорелся Кошкин дом.
Кошка выскочила!
Глаза выпучила.

Кошка: Помогите! Спасите! Огонь потушите

(Дети берут ведерки, поставленные около стены, бегут за кошкой в колонне друг за другом и черпают из импровизированного колодца воду, поливают по очереди огонь) 2–3 раза.

Инструктор: Раз! Раз! Раз! Раз! И огонь погас!

Кошка переводит детей в следующую сказку (показ движения):

- 1) ходьба по наклонной доске;
- 2) спрыгивание с наклонной доски.

Сказка 3 «Семеро козлят»

Подвижная игра «Волк»

Инструктор: Ой, это тот самый волк, который хотел съесть козлят!
Что же нам делать? Попробуем убежать от него. (Проводится 3 раза).

Игра малой подвижности «Найдите козлят»

Дети ходят по всему залу и находят спрятанных 7 козлят. Сажают около дерева, которое стоит около дома Кошки.
Мама Коза благодарит детей за то, что нашли козлят и угощает детей яблоками.
Уход в группу детей.

КАК ПРЕКРАСНО СЛОВО МАМА!

Возраст: 5–6 лет

*Елена Васильевна Харьковская,
инструктор по физической культуре,
г. Краснодар*

Цель: Формировать интерес детей и родителей к занятиям физической культурой. Продолжать знакомить детей с праздником – «Днём матери», воспитывать уважение к маме. Привлечь родителей к участию в спортивной жизни детского сада.

Задачи: Развивать интерес к спортивно – массовым мероприятиям. Формировать знания и представления о разных видах движений и способах выполнения. Способствовать эмоциональному сближению родителей и детей. Дети входят в спортивный зал.

Инструктор: Здравствуйте, дорогие наши мамы! Мы поздравляем вас с праздником – «Днём Матери!» Праздником любви, доброты и мудрости! Сегодня здесь, в спортивном зале, мы спорт с уменьем совместим. Мы этот славный праздник с вами, прекрасным мамам посвятим!

Дети читают стихи о маме.

Мама – это небо! Мама – это свет! Мама – это счастье! Мамы лучше нет!
Мама – это сказка! Мама – это смех! Мама – это ласка! Мамы любят всех!
Мама улыбнется, Мама погрустит, Мама пожалеет, Мама всё простит.
Мама – осень золотая, Мама – самая родная, Мама – это доброта, Мама выручит всегда!
Мама, нет тебя дороже, Мама всё на свете может, Мам сегодня поздравляем, Мамам счастья мы желаем!!!

Песня о маме

Инструктор: Сегодня эти дружные ребята вместе со своими мамами примут участие в спортивных соревнованиях. Спорт, ребята, очень нужен. Мы со спортом крепко дружим. Спорт - помощник! Спорт – здоровье! Спорт – игра! Физкульт-ура! Прежде чем мы начнём соревноваться, познакомимся с Жюри... А начнем мы наши соревнования с разминки.

Разминка

Инструктор: Вот мы и размялись, молодцы! В соревнованиях участвуют три команды:
Команда «Ромашка», Команда «Букашка», Команда «.....».
Мамочки займите места в своих командах.
С каждой команды выходят на эстафеты мама с ребёнком.

Эстафета № 1 «Завтрак»

Команды строятся перед линией старта в колонну по одному (мама, ребёнок). На расстоянии от стартовой линии, напротив каждой команды, стоит сковорода. У каждого участника в руках ложка с яйцом от киндер-сюрприза. По сигналу первые номера добегают до сковородки, «разбивают» яйцо (раскрывают) в сковороду и возвращаются назад. Выигрывает команда, которой удаётся выполнить это задание первой.

Инструктор: После завтрака настала минутка нежности и следующий конкурс

Эстафета № 2 «Мы с мамой дружная пара»

Мама с ребенком зажимает мяч между собой спереди, крепко обнимают друг друга и в таком положении, боком, двигаются к конусу, огибают его, возвращаются обратно.

Инструктор: Ну вот, мы и позавтракали и ПО обнимались, пора собираться в детский сад.

Эстафета № 3 «Сбор ребенка в детский сад»

На середину зала ставится три корзины с обувью ребёнка, по сигналу мама должна добежать до корзины, найти обувь своего ребёнка, вернуться на старт и отдать ему обувь.

Инструктор: Продолжаем наши соревнования. Ну вот мамочка накормила всех завтраком, отвела свое любимое чада в детский сад и настало время отдохнуть. Мама всегда и во всём самая – самая. Следующий конкурс интеллектуальный.

Проверим, как вы внимательно читаете детям сказки.

1. Всех важней она в загадке, хоть и в погребке жила:

Репку вытащить из грядки, Деду с бабкой помогла (Мышка).

2. Ждали маму с молоком, а пустили волка в дом. Кто же были эти, Маленькие дети? (Семеро козлят).

3. Уплетая калачи, ехал парень на печи.

Прокатился по деревне и женился на царевне. (Емеля из сказки «По щучьему веленью»).

4. Эта скатерть знаменита, тем, что кормит всех до сыты. Что сама собой она, вкусных кушаний полна. (Скатерть-самобранка).

5. Сладкий яблоч аромат, заманил ту птицу в сад. Перья светятся огнем, И светло вокруг, как днем. (Жар-птица).

6. Знает утка, знает птица, где Кошечья смерть таится. Что же это за предмет? Дай дружок скорей ответ. (Игла).

7. Как у Бабы у Яги, нет совсем одной ноги. Зато есть замечательный Аппарат летательный. Какой? (Ступа).

8. Убежали от грязнули, чашки, ложки и кастрюли. Ищет их она, зовет и в дороге слезы льет. (Федора).

9. И зайчонок, и волчица – Все бегут к нему лечиться. (Айболит).

10. В гости к бабушке пошла, пироги ей понесла. Серый Волк за ней следил, обманул и проглотил. (Красная Шапочка).

Инструктор: Молодцы, справились!

Эстафета № 4 «Веникобол» (для мам)

Мама выстраиваются в колонну. Предлагается веником прокатить воздушный шарик до стойки и обратно. Побеждает, кто быстрее справится с делом.

Инструктор: Пролетел день, пора ехать за ребёнком в детский сад, наши мамочки современные и могут водить автомобиль.

Эстафета № 5 «Едем домой»

Дети переходят на противоположную сторону зала. Мама надевает обруч и объезжает змейкой 3 фишки по направлению к ребёнку, ребенок берется за обод обруча и вдвоем по прямой возвращаются.

Инструктор: И последний заключительный Конкурс-игра называется «**Обними- меня, мамочка**».

Дети и мамы образуют два круга: мамы – большой круг, а дети внутри – маленький. Под музыку дети и мамы идут противходом, держась за руки. Как только музыка остановится, дети бегут к своим мамам, крепко их обнимают.

Инструктор: Вот и подошли к концу наши соревнования, сейчас жюри объявит результаты! На этом наши весёлые старты заканчиваются, желаю мамам быть – обаятельными, и всем, всем – быть здоровыми и любить физкультуру!!! Милые мамы, мы хотим еще раз поздравить вас с «Днём Матери»! Ваши дети тоже приготовили вам подарки.

Ребёнок: Мы подарок маме покупать не стали. Приготовили сами, своими руками.

Дарят открытки мамам и выходят под музыку из спортивного зала.

ТЫ МАМА. ЗНАЧИТ ЛУЧШЕ ВСЕХ!

Возраст: 6–7 лет.

*Елена Васильевна Харьковская,
инструктор по физической культуре,
г. Краснодар*

Цель: Способствовать созданию семейных традиций, теплых взаимоотношений в семье.

Задачи: Воспитывать у детей доброе, внимательное, отношение к маме, стремление ей помогать, радовать ее. Формировать интерес детей и родителей к активному участию в совместных спортивных мероприятиях. Развивать ловкость, выносливость, мышечную силу, волевые качества детей.

Ребенок 1: Это было давным-давно. За день до своего рождения ребенок спросил у Бога: «Я не знаю, зачем я иду в этот мир. Что я должен делать?».

Ребенок 2: Бог ответил: «Я подарю тебе Ангела, который всегда будет рядом с тобой. Он все тебе объяснит».

Ребенок 1: Но как я пойму его, ведь я не знаю его язык.

Ребенок 2: Ангел будет учить тебя своему языку. Он будет охранять тебя от всех бед.

Ребенок 1: А как зовут моего Ангела?

Ребенок 2: Неважно как его зовут. Ты будешь называть его – Мама. Вход детей под песню («Мама дорогая»), становятся полукругом.

Ребенок 1: Мама пахнет добротой, взгляд её такой родной. Никогда я не скучаю, если рядом ты со мной.

Ребенок 2: Дорогая мамочка, я тебя люблю. И свою улыбку, я тебе дарю! Подойду поближе, крепко обниму. Мамочку родную, милую мою!

Ребенок 3: Много мам на белом свете, всей душой их любят дети. Только мама есть одна, всех дороже мне она.

Кто она? Ответу я: Это мамочка моя.
(Дети расходятся по залу для исполнения песни А. Петряшевой «Мама»).

Инструктор: Сегодня мы вас пригласили, чтоб громко и дружно сказать: (говорят дети) «Любимые мамы, мы вас поздравляем и счастья хотим пожелать!»

Песня «Песенка о маме»

Инструктор: Мамы разные нужны, а спортивные –важны! Как вы уже догадались, сегодня у нас необычный праздник – спортивный! И сейчас все встанут на разминку.

Разминка. Аудиозапись для разминки «Новый день придет», «Я возьму у мамы бусы», «Варись Каша», песенка про маму.

Инструктор: Начинаем соревнования. Соревнования необычные, от других отличные. Мамы и дочки, мамы и сыночки, на спортивную площадку приглашаем всех сейчас! В соревнованиях участвуют три команды: Команда «Ромашка», Команда «Василёк», Команда «Мак».

Мамочки займите места в своих командах. Прежде чем мы начнём соревноваться, познакомимся с Жюри...

С каждой команды выходят на эстафеты мама с ребёнком.

I. Эстафета «Завтрак».

Команды строятся перед линией старта в колонну по одному (мама, ребёнок). На расстоянии от стартовой линии, напротив каждой команды, стоит сковорода. У каждого участника в руках ложка с яйцом от киндер-сюрприза. По сигналу первые номера добегают до сковородки, «разбивают» яйцо (раскрывают) в сковороду и возвращаются назад. Выигрывает команда, которой удаётся выполнить это задание первой.

II. Эстафета «Заплети косичку» (для мам).

Мамы бегут к стульчику, где ленты и начинают плести косичку. Чья команда справиться с заданием быстро и ловко.

III. Эстафета «Собираемся в детский сад» (для мам).

В корзинах лежит спортивная обувь детей. По команде мамы бегут к корзинке, ищут пару обуви своего ребёнка и возвращаются обратно. Чья команда справится с заданием быстрее, та и побеждает.

IV. Эстафета «Застегни пуговицы».

Инструктор: Хорошо поработали, а сейчас весело спойте для своих мам частушки.

Все: – Ставьте ушки на макушке, слушайте внимательно:

Пропоем мы вам частушки очень замечательно!

1. – Я помощник – хоть куда, мне уборка – ерунда!

Заглянул я в пылесос – засосало в трубку нос!

2. – Я сама разрисовала черной краской одеяло.

Рыжий кот на нем поспал – полосатым тигром стал.

3. – В праздник маме помогала. Ох, и как же я устала!

Трудно одному ребенку. Мам, роди еще сестренку!

4. – Я по улице хожу, маму за руку держу,

Чтобы мама не боялась, чтоб она не потерялась.

5. – Я посуду мыла-мыла, чашку мамину разбила.

Что за вредная посуда! Больше мыть ее не буду!

6. – Чтобы маму на работу злой будильник не будил,
Я ему сегодня ночью три детальки отвинтил!

Все: – Мы пропели, что хотели, только вы не охайте.
Мы поклонимся сейчас, ну а вы похлопайте!
(*Кланяются, садятся на места*).

Инструктор: Я пеку, пеку, пеку. Всем друзьям по пирожку
А для милой бабушки, испеку два пряничка.

V. Эстафета «Пирожок для бабушки».

Надеваем шляпу, змейкой идём через скакалку, в руках на теннисной ракетке лежит пирожок. Кладём пирожок на тарелку и обратно к команде. Передаём ракетку и шляпу другому. Чья команда быстрее.

VI. Эстафета «Веникобол» (для мам).

Мамы выстраиваются в колонну. Предлагается веником прокатить воздушный шарик до стойки и обратно. Побеждает, кто быстрее справится с делом.

Игра «Ловишка, бери ленту»

Ловишка-мама, ловит ребят из противоположной команды, вытаскивает ленточки. Выигрывает та команда, которая переловит всех за меньшее количество времени.

Инструктор: И последний заключительный Конкурс – игра называется «Обними меня, мамочка». Дети и мамы образуют два круга: мамы – большой круг, а дети внутри – маленький. Под музыку дети и мамы идут противоходом, держась за руки. Как только музыка смолкнет, дети бегут к своим мамам, крепко их обнимают.

Инструктор: Мы праздник завершаем. Мамам пожелаем:

Чтоб смеялись и шутили! И здоровыми вы были.

Вот и подошли к концу наши соревнования, сейчас жюри объявит результаты! На этом наши весёлые старты заканчивается, желаю мамам быть – обаятельными, и всем, всем – быть здоровыми и любить физкультуру!!! Дети дарят подарки мамам. Выход из спортивного зала.

ЧЕЛОВЕК. ЗНАКОМСТВО С ТЕЛОМ

(занятие по физической культуре
с использованием интерактивных иллюстраций)
Возраст: 3–7 лет

Цель: Знакомство с мышечной системой человека.

Задачи: 1. Научить выполнять физические упражнения для развития мышц плечевого пояса и спины.
2. Развитие координации движений.
3. Стимулировать выразительность двигательных действий.

Ход занятия

1. **Организационный момент.** Построение в шеренгу (1 мин.). Стук в дверь. (Под музыку входит взрослый в костюме Кощея, выполняя несколько движений руками на полусогнутых ногах и останавливается напротив ребят. Здоровается) (2 мин.).

Второй вариант: можно использовать иллюстрационный плакат с изображением Кощея.

Инструктор: Ребята! К нам в гости пришел Гоша, посмотрите какой Гоша худой.

Гоша Кощей. А Кощей из чего состоит? Из костей. Правильно, молодцы! Ребята! А почему у Гоши нет мышц?.....(Ответы детей).

Потому-что он не занимается спортом. Кто занимается спортом у того появляются мышцы. А у вас есть мышцы? (Дети показывают свои мышцы). Похвалить ребят.

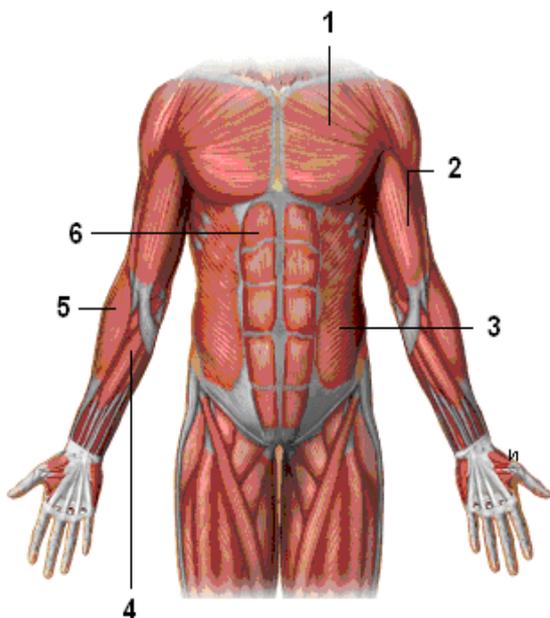
Мышцы прикрепляются к костям с помощью сухожилий. Мышцы вместе с костями скелета приводят в движение наше тело. А если их тренировать, они будут крепкими, эластичными, гибкими и вы будете красивыми, сильными и здоровыми. «В здоровом теле, здоровый дух» Хотите быть здоровыми? (Ответы детей). На право! За направляющим в обход по залу шагом марш (2 мин.).

2. Вводная часть.

Ходьба: Обычная, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, с захлестыванием ног назад. Бег с чередованием ходьбы. Перестроение в 3 колонны для выполнения ОРУ.

Использование иллюстраций электронных изданий и интернета. 1С: Школа, Биология (Человек).

Показ мышц на мультимедиа и выполнение упражнений вместе с детьми.



Мышцы туловища (передние)

1. Большая грудная мышца плоская, позволяет совершать различные движения плечом.

помогает при вдохе.

2. Бицепс руки (мышцы, которые позволяют сгибать и совершать вращательные движения ладонью вперед. Бицепс сокращается, в то время как трицепс расслабляется).

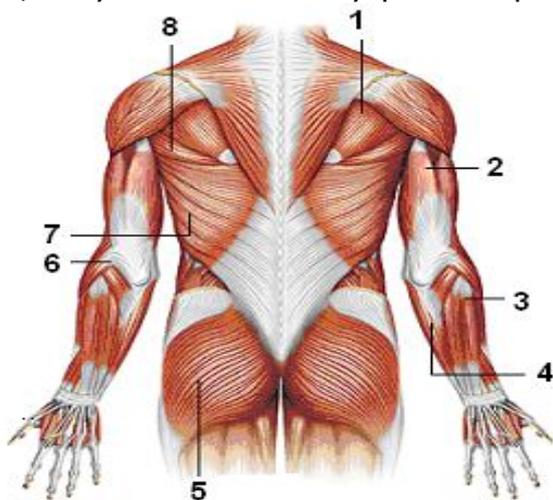
3. Внешняя косая мышца позволяет сгибать туловище совершать вращательные движения тазом и сжимать внутренние органы.

4. Длинная ладонная мышца (позволяет совершать различные движения кистью, в т. ч. сгибать ее и отводить от

центральной оси тела. Эта мышца помогает зафиксировать запястье.

5. Лучевая мышца (сгибает предплечье в плече).

6. Прямая мышца живота (позволяет наклонять туловище вперед, она защищает, допускает сжатие внутренних органов и помогает при выдохе.)



Мышцы туловища (задние)

1. Подкожная мышца. Позволяет совершать внешние вращательные движения плечом. Закрепляет плечевой сустав.

2. Трицепс. Сильная мышца, которая разгибает предплечье: она сокращается в то время, когда бицепс расслабляется.

3. Общая разгибающая мышца пальцев. Разгибает все пальцы, кроме большого, помогает разгибать кисть.

4. Локтевая сгибающая мышца запястья. Позволяет сгибать кисть и притя-

гивает ее к центральной оси тела.

5. Большая толстая мышца. Позволяет сгибать бедро, совершать внешние вращательные движения (от центральной оси). Возвращает туловище в вертикальное положение

6. Локтевая мышца.

7. Широчайшая мышца спины.

8. Большая круглая мышца.

3. Общеразвивающие упражнения:

– для рук, плечевого пояса, ног, туловища и таза.

Упражнение 1. И. п. ноги слегка расставлены, руки на поясе. Круговые движения руками.

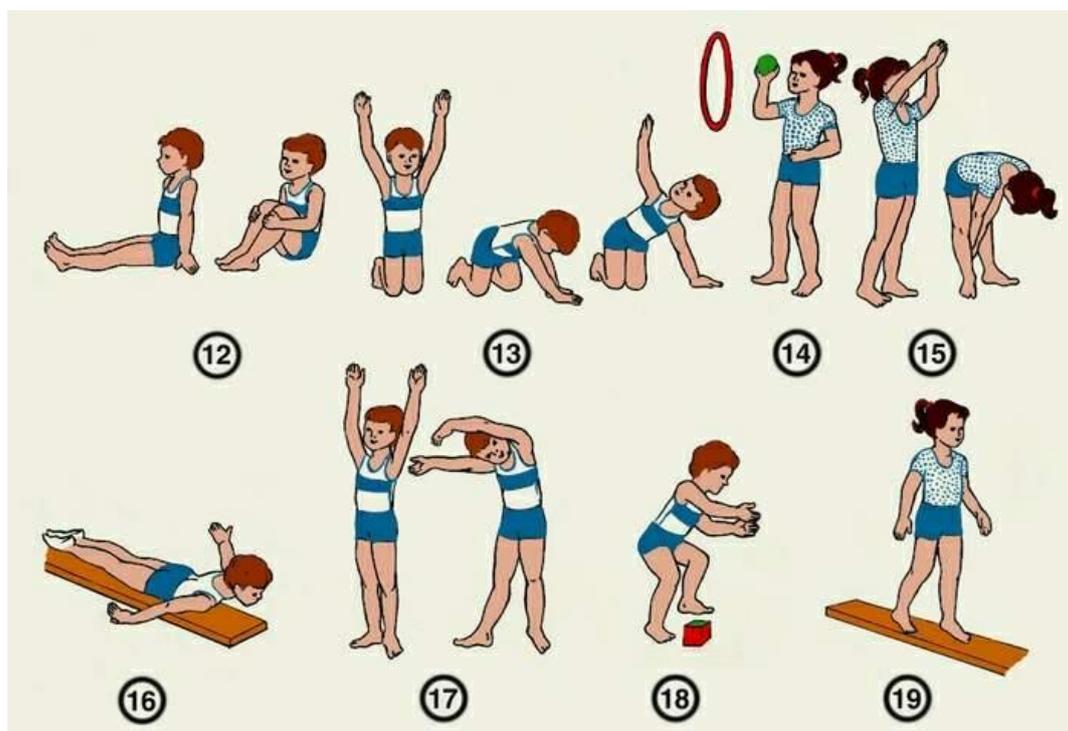
Упражнение 2. И. п. Ноги вместе. Руки на поясе. В: наклоны туловища.

Упражнение 3. И. п. лежа на спине. В: «Велосипед».

Упражнение 4. И. п. лежа на животе. В. «Рыбка».

4. Упражнение на дыхание (обратить внимание детей на мультимедиа).

Мышцы обладают одним замечательным свойством. Они могут напрягаться и расслабляться. Благодаря этому человек совершает разнообразные движения, например, поднимает и опускает руки, вращает ими, сгибает и разгибает ноги. Наклоняется.



Основные виды движений

1. Прыжок в длину с места (работают все группы мышц).
2. Сгибание и разгибание рук в локтях (работают все мышцы).
3. Подвижная игра «Хвостики».

Коммуникативная игра на восстановления дыхания

«Давай, дружок, обнимемся

И до небес поднимемся.

Тепло сердец объединим,

И станем солнышком одним».

(Первый раз проговариваем спокойно, второй раз шепотом).

Дети в кругу опускают руки, и инструктор подводит итог занятия.

5. Заключительная часть.

Инструктор: Ребята, вам понравилось, чем мы с вами занимались?
Что нового, вы узнали и какие, мышцы запомнили.
Молодцы! Вы правильно выполняли упражнения
И ваши мышцы и вы стали еще сильнее и красивее.
А хотите быть красивыми? (Ответы детей).
«Хочешь стройную фигуру, укрепляй мускулатуру!»
До свидания, ребята. Можно идти в группу.

ЧТОБЫ СИЛЬНЫМ, ЛОВКИМ БЫТЬ, БУДЕМ В АРМИИ СЛУЖИТЬ!

(спортивно-музыкальный праздник, посвящен Дню защитника Отечества)

Возраст: 4–7 лет

*Ирина Ивановна Шувалова,
инструктор по физической культуре;
Лариса Иннокентьевна Бузько,
музыкальный руководитель,
г. Иркутск*

Цель: Воспитание патриотизма – чувство любви к своей Родине, гордость за нашу армию.

Задачи. 1. Формирование коммуникативных навыков, чувство коллективизма и товарищества. 2. Совершенствование скоростно-силовых качеств, двигательных навыков, координации движений, ловкости и гибкости.

Оборудование: Гимнастические скамейки – 4 шт. (для подтягивания на животе). Дуги для подлезания – 2 шт. Кегли – 20–30 шт. (это боеприпасы). Кольцеброс – 4 шт. Бубен – 2 шт. Гимнастические брусья – 2 шт. (для ходьбы); мешочки с песком – 6 шт. (ходьба с мешочком на голове).

Зал празднично украшен, звучит музыка, гости и дети с других групп входят в зал садятся.

Ведущая: Здравия желаю, уважаемые гости! Разрешите доложить, что сегодня в детском саду «Стрижи» проводится праздник, посвященный Дню защитника Отечества!

Для боевых заданий прибыла воинская часть № 6.

Отряд «Ласточки» и в/часть № 3 отряд «Воробушки».

Встречайте участников!

Под музыку (**песня «Раз, два левой»**), входят дети группы № 6 «Ласточки». Делают несколько перестроений и встают на обозначенное им место и говорят свой **девиз**.

Девиз отряда «Ласточки»

Мы летели, громко пели. Неужели прилетели!

Только вперед, ни шагу назад. К победе стремиться каждый из нас!

Ведущая: Молодцы! «Ласточки»! Встречаем отряд «Воробушки».

Под музыку (**песня «Бравые солдаты»**), входят дети группы № 3 «Воробушки». Делают несколько перестроений и встают на обозначенное им место и говорят свой **девиз**.

Девиз отряда «Воробушки»

Находчивым и ловким должен быть солдат.
Внимание и точность ему не повредят!

Ведущая: Молодцы! «Воробушки!

Вот все и прибыли!

Давайте аплодисментами поприветствуем наши отряды
Сегодня день особенный! Ведь праздник 23 февраля!
Встречают в каждом городе. И знает его каждая семья!

Мальчики и девочки читают стихи от каждой группы по 2–3 стихотворения

1. Этот праздник очень важный,
Отмечаем в феврале
Праздник воинов отважных,
Праздник мира на земле.

2. Мы любим Армию,
Она большая сила.
Она бесстрашная в бою,
Всех недругов разбила!

3. Защитники Отечества.
Дорога вам по жизни нелегка,
Но долг он связан с вечностью,
На мужестве построены века.

4. Родная Армия сильна.
В боях, непобедима!
На страже Родины
Она стоит, несокрушимо!

5. И песни мы о ней поём,
О доблестных походах.
Она хранит наш мирный дом,
Покой и труд народов!

Дети исполняют песню «Стану я военным»

Ведущая: Ребята, многие из вас будут служить в нашей Армии.

А главное для солдата что?

Это физическая подготовка и дисциплина!

Начинаем подготовку, становись на тренировку!

Дети встают в шахматном порядке.

Разминка Музыка «Салажата»

Ведущая: Молодцы! Разминка успешно прошла.

Физическая подготовка вас не подвела!

И тут – **звуки тревоги.**

Ведущая: Отряды, в шеренгу становись!
Передать снаряды на передовую!

Эстафета «Снаряды на передовую!»

Каждая команда занимает определенное место, все дети встают в шеренгу на колени и присаживаются ягодицами на пятки. Рядом с первым участником стоит корзина с кеглями – 15–20 шт. *или обруч и в нем кегли* и в конце шеренги такая же корзина пустая. По команде инструктора первый участник передает кегли (*т. е. боеприпасы*) второму и т. д. до конца шеренги (конвейером), как только все кегли передал – команда кричит УРА!

Примечание: *Можно эти же кегли передать обратно и первый и последний участники должны их составить на определенное место, чтобы после конкурса инструктору не убирать самому*

Ведущая: Молодцы! Снаряды быстро передали! А сейчас послушайте стихотворение и скажите, какое задание нас ждет.

Мальчик гр. 3 «Воробушки»

Я стать разведчиком хочу –
По нраву дело, по плечу.
Докажу сейчас вам это,
Чтоб врага застать врасплох,
Применю смекалку.
И не лишним будет здесь
Спортивная закалка!

Ведущая: Ребята? Кто из вас догадался, что за задание мы будем выполнять. Правильно! Пойдём в разведку. А что такое разведка? (Ответы детей). Готовы, идти в разведку? Не бойтесь. Тогда становись! Равняйся! Слушай мою команду.

Эстафета «Разведка» (можно выдать игрушечные автоматы для солидности)

1. Подтянуться на животе по скамейке
2. Пройтись по гимнастическому бревну с мешочком на голове, руки в стороны.
3. Забросить несколько колец на конус.
4. Залезть на шведскую лестницу и стукнуть в бубен.

Примечание: *первый участник, когда сделал все действия и стукнул в бубен, только тогда начинает выполнять действия следующий участник, а первый встаёт в конец колонны. Когда все сделают – Кричим УРА!*

Ведущая: Командирам отрядов, доложить обстановку на поле боя.

Командиры: Отряд, равняйся! Смирно!
Командиры подходят к ведущей и говорят:

На поле боя спокойно, врага не обнаружили.

Ведущая: Молодцы! встать в строй! Всем вольно!

Обстановка позволяет нам сделать привал. *Дети садятся на стулья*

Девочка гр. № 3

Нужен отдых и солдату,

Чтобы книгу почитать.

Ну, а будущих Солдатов,

Приглашаем танцевать!

Дети гр. № 3 «Воробушки исполняют танец «Казачок»

Ведущая: Наши боевые подружки, для наших будущих солдат приготовили частушки.

Частушки _____ 1, 2, 3.

Танец «Морячка»

Ведущая: Молодцы подружки! Повеселили! Ребята? А вы знаете, кто является главным в наших войсках (ответы детей). Самыми главными в наших войсках являются командиры. Сейчас мы посмотрим, чей командир более опытной.

Конкурс командиров

Ставим 2 стула спинкой друг против друга, расстояние между стульями 2–3 метра. Под стулья по прямой линии кладем большую длинную верёвку, чтобы ее можно было выдернуть из-под стула. Командиры садятся на стулья. На счет 1–2–3 беги. Командиру встают со своих стульев, оббегают стул другого командира возвращаются на свой стул и быстро дергает верёвку на себя. Побеждает тот, кто вперёд выдернет верёвку

Примечание: Повторить 2–3 раза. Первый раз это была разминка.

Ведущая: Да! Командиры достойны нашей армии! Молодцы!

Ну а теперь солдат проверим в петушином бою.

Эстафета «Бой подушками»

2 гимнастических бревна и 2 подушки. На скамейку встают 2 участника по весовой категории и по сигналу начинают бить друг друга подушкой. Кто сойдет с бревна тот проиграл. И т. д.

Ведущая: Вот и с этим заданием справились. Молодцы! Проверим, чей отряд более сильнее.

Эстафета «Перетягивание каната»

Ведущая: Молодцы! Прошу всех построиться.

Мы завершили наши спортивные боевые задания,

Посвященные дню защитника Отечества.
И убедились, что все участники – народ смелый
И сильный.
За выполнение серьезных спортивных заданий
Все отряды награждаются красной звездой

Награждение: Муз +фотография на память общая.

ДЕНЬ ЗАЩИТНИКОВ ОТЕЧЕСТВА

Возраст: 5–7 лет

*Ольга Вадимовна Подлевская,
инструктор по физической культуре,
г. Иркутск*

Участники: Четыре команды танкисты, моряки, артиллеристы, летчики

Цель: Развитие национального самосознания и патриотических чувств учащихся посредством ценностного отношения к службе в армии.

Задачи:

1. Расширить кругозор детей.
2. Формировать патриотические чувства на занятиях физической культурой.
3. Развивать физические качества: силу, ловкость, быстроту.
4. Развивать умение действовать в коллективе.

Программа соревнований:

1. «Кавалеристы».
2. «Пехотинцы».
3. «Летчики».
4. «Морской узел».
5. «Поднять якорь».
6. «Танкисты».
7. «Склад боеприпасов».

Этапы:

1. Разработка сценария физкультурно-оздоровительного мероприятия.
2. Подготовка атрибутов и символики мероприятия, игровых образов (грамоты, медали, костюмы).
3. Организация репетиционного процесса.
4. Оформление места проведения физкультурно-оздоровительного мероприятия.
5. Проведение мероприятия.
6. Награждение.

Результат: Проведение физкультурно-оздоровительного мероприятия посвященный Дню защитника Отечества.

СЦЕНАРИЙ ПРАЗДНИКА

Под музыку входят в спортивный зал две команды, болельщики (девочки) и гости садятся на лавочки.

Ведущий:

Здравствуйте, уважаемые зрители! Сегодня мы проводим увлекательное состязание, посвященное Дню защитника Отечества. А кто были лучшие защитники

Отечества? Конечно, это былинные богатыри и великие полководцы. Но самые главные защитники – это русские воины, которые всегда готовы были охранять свою Родину при надвигающейся опасности. О таких защитниках и песни складывались, и сказки сказывались.

В некотором царстве, в некотором государстве жил-был царь, всей страны государь. Звали его... Выходит царь и представляется:

Царь:

Меня зовут, Тимофей.

Ведущий (продолжает):

И была у царя Тимофея дочь единственная, Царевна-Несмияна, а попросту Плаксюшка.

Появляется дочь.

Царь (опять плачет):

Не спешит ко мне удача,
Счастье навещает редко –
Вот поэтому и плачу,
И всегда хожу с пипеткой.
Вечно протекает нос,
И глаза красны от слез.

Ведущая:

Царь батюшка, почему ваша дочь плачет?

Царь:

От того она плачет нет у нее друзей сильных, отважных, смелых. Вот и решил испытать вас ребяташки, годитесь ли вы дочке моей в друзья, чтобы собрать дружину крепкую, да надежную.

Издаю я такой указ в связи с празднованием дня защитников Отечества:

1. Провести Веселые учения, в которых примут участие дети подготовительной группы и их родители.
2. Разделить веселую армию на четыре команды.
3. После каждого конкурса отгадать загадку, которую загадает вам моя дочь.
4. Всем командам с веселым настроением отправиться на веселые боевые учения.

Назначаю вам главнокомандующего.

Главнокомандующий:

Есть у нас танкисты,
Есть и моряки,
Есть кавалеристы,
Кони их легки.

1. Конкурс «Кавалеристы» (папа стоит на четвереньках, ребенок сидит верхом, объезжают стойку).

Плаксюшка:

Тучек нет на горизонте, но раскрылся в небе зонтик.
Через несколько минут, опустился.... (Парашют)

Главнокомандующий:

Рано утром я проснусь,
На зарядку становлюсь,
Приседаю и скачу,
Пехотинцам стать хочу.

2. Конкурс «Пехотинцы».

Двигаются до стойки: папа идет большими шагами, ребенок змейкой пролезает между ног папы, обратно бегом.

Плаксюшка:

Без разгона ввысь взлетает,
Стрекозу напоминает,
Отправляется в полет,
Наш Российский... (Вертолет)
Он гудит и чертит мелом,
Он рисует белым-белым
На бумаге голубой,
Что у нас над головой. (Самолет)

Главнокомандующий:

Выходите в круг скорей
Летчики-пилоты
Мы посмотрим, как летают ваши самолеты.

3. Конкурс «Летчики» (игра-эстафета «Чья эскадрилья быстрее построится?»).

Плаксюшка:

Великан стоит в порту,
Освещая темноту,
И сигналил кораблям:
Заходите в гости к нам (маяк).

Главнокомандующий

По голубым артериям земли
Ведете вы стальные корабли!
Вам даже шторм не может помешать!
Девятый вал не в силах напугать!

4. Конкурс «Морской узел».

Команды строятся. Ребенок бежит к назначенному месту, где укреплен веревка, на которой можно завязывать цветные ленточки.

Плаксюшка:

Пока он на дне лежит – корабль не куда не побежит (якорь).
Днем и ночью под водой охраняет твой покой (подводная лодка).

Главнокомандующий**5. Конкурс «Поднять якорь» (для капитанов).**

В эстафете принимают участие по одному участнику от каждой команды. Каждому участнику дается палочка, на которой привязан якорь из картона. Нужно как можно быстрее накрутить веревку (ленточку) на палочку до столкновения якоря с палкою.

Ребенок:

Мы в разных уголках страны видали:
Застыли танки на почетном пьедестале.
Они родную землю защищали,
С танкистами, бывало, погибали.
Когда мы День танкиста отмечаем,
То в честь погибших головы склоняем,
А всех живых сердечно поздравляем,
Удачи и победы им желаем.

Главнокомандующий**6. Конкурс «Танкисты».**

Дети на самокатах в танкистских шлемах, едут до стойки, огибают ее возвращаются обратно и передают самокат и шлем следующему участнику.

Плаксюшка:

Снова в бой машина мчится,
Режут землю гусеницы.
Та машина в поле чистом
Управляется...(танкистом).

Главнокомандующий**7. Конкурс «Склад боеприпасов».**

Каждая команда должна перенести кегли из обруча в коробки, стоящие на фише. Кеглей должно быть в обруче столько, сколько игроков в командах.

Главнокомандующий: Смотрите, Плаксюшка заулыбалась.

Плаксюшка: Смеется.

Царь: Порадовали вы меня ребяташки, беру вас всех в свою дружину. Поздравляю Вас с днем защитника отечества. Награждаю вас медалями.

Главнокомандующий:

Мы завершили наш конкурс, посвященный Дню защитника Отечества. Мы убедились, что его участники – народ смелый и сильный. Давайте закончим нашу встречу словами Александра Невского: «Идите и скажите во всех краях, что Русь жива! Пусть приезжают к нам с миром. Но кто с мечом к нам придет, от меча и погибнет! На том стояла, и стоять будет Русская земля».

ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ:

1. Буцинская П.П., Васюкова В.И., Лескова Г.П. Общеразвивающие упражнения в детском саду.
2. <http://stsenarii.smeha.net/23-fevralya/>
3. <http://www.solnet.ee/holidays/s14.html#11>

ЗАРНИЦА

(посвященный празднику «День защитника Отечества»
в форме квест-игры)
Возраст: 3–7 лет

*Ольга Вадимовна Подлевская,
инструктор по физической культуре,
г. Иркутск*

Дата проведения: 20 февраля 2017 года (музыкальный и спортивный залы, бассейн, кабинет психолога, методический и медицинский кабинеты).

Цель: Обобщить имеющиеся у детей представления о празднике 23 февраля; закреплять двигательные умения и навыки, развивать быстроту, силу, выносливость, выдержку; пополнять словарный запас и обогащать речь детей, учить действовать в коллективе, привлекать к участию в празднике и жизни детского сада родителей и приобщить их к основам здорового образа жизни. Создать радостную атмосферу праздника, воспитать чувство уважения к Российской армии, любви к Родине.

Задачи:

1. Расширить знания детей о защитниках отечества, профессии военнослужащего.
2. Совершенствовать двигательные навыки детей.
3. Развивать смекалку, чувство товарищества и умение взаимодействовать в команде.
4. Доставить детям положительные эмоции и хорошее настроение.

Действующие лица: Инструктор по физкультуре – начальник штаба, психолог, логопед, зам по в. у. ч. – помощники командира, медицинская сестра, главный врач.

Спортивный зал украшен к игре «Зарница». Команды входят в зал под строевую музыку, обходят его два круга под аплодисменты гостей; строятся.

Оборудование: Разноцветные мячи, обручи, гимнастические скамейки, палки; следы, бинты, корзины, верёвка, ящик, кубики, теннисные мячики.

Правила проведения:

1. Участники – старшие и подготовительные группы в полном составе во главе с воспитателем на время игры становятся «ртами специального назначения».
2. Место проведения – территория МБДОУ № 169, передвигаться по которой необходимо строго в соответствии с выданным планом. На каждой станции выдаётся один пазл из мозаики (звезда, герб, флаг) каждой роте (группе) за «недружные», неорганизованные команды – «роты» лишаются очков.
3. На каждой из станций, расположенных на территории, необходимо выполнить предложенные задания. Время пребывания на станции 5–7 мин.

4. Если по прибытии на станцию она не свободна – подождать в стороне.
5. Результаты оцениваются: отдельно за задание и отдельно за организованность (дисциплину при движении). Пазл отдаёт ответственные на станциях. Воспитателям подсказывать и отвечать за детей запрещено будут снижать очки.
6. При прошествии всех станций необходимо собрать сой пазл-рисунок на стенде (звезда, герб, флаг)

Дети входят в музыкальный зал

Инструктор по Ф. К.:

Дуют ветры в феврале, воют в трубах громко.
Змейкой мчится по земле, легкая поземка.
Поднимаясь, мчатся вдаль, самолётов звенья.
Это празднует февраль, Армии рождение!

Инструктор по Ф. К.:

Здравствуйте дорогие ребята, уважаемые взрослые! Сегодня мы отмечаем День Защитника Отечества. Это праздник всех мужчин- дедушек, пап, дядь, старших братьев и, конечно, наших мальчиков. Ведь они Защитники нашей Родины. Когда наши мальчики подрастут, они будут служить в нашей армии. В честь нашей армии мы начинаем квест- праздник «День защитника Отечества».

Дети:

Сегодня день особый Для мальчишек и мужчин – День защитника Отечества, Знает каждый гражданин!	На защиту Родины В дождь и снегопад Каждый день выходит Доблестный солдат.	На замке граница И порядок в море, Вольно быстрым птицам В голубом просторе.
Мы шагаем браво Левою и правою, Потому что все солдаты Были тоже дошколята! Поскорей бы подрасти, Чтобы в армию пойти.		

Песня «Бравые солдаты»

Инструктор по Ф. К.:

Ребята, все вы, и мальчики и девочки, будущие защитники нашей Родины!
И то, какими вы растёте смелыми, отважными, сплоченными, мы и увидим в квест-игре «Зарница» Все готовы?
Дети: Всегда готовы.!

Инструктор по Ф. К.: Капитанам «роты» получить задания для прохождения службы.

Дети берут конверт с заданием и по схеме идут на станции, для выполнения.

На каждой станции их встречает командир, который после окончания задания выдаёт один пазл от мозаики (гр. № 3 – звезда; гр. № 6 – флаг России: гр. № 5 – герб России).

Задания:

1. Музыкальный зал «Передай позывной».

Рота повторяет за музыкальным руководителем движения под музыку. Ритмическая гимнастика.

2. Методический кабинет «Отгадай шифровку».

Заместитель по ВУЧ. Загадывает загадки

*К победе, ребята, не просто дойти,
Много трудностей ждёт вас в пути.
В бою нужна не только винтовка,
Нужна смекалка и сноровка.*

1. Смело в небе проплывает, Обгоняя птиц полет. Человек им управляет. Что такое? (Самолет)	2. Без разгона ввысь взлетаю, Стрекозу напоминаю. Отправляется в полет Наш Российский ... (Вертолет)
3. Хожу в железном панцире, Броню весь обшитый. Стреляю я снарядами. Я очень грозный с виду... (Танк)	4. Под водой железный кит. Днем и ночью кит не спит. Днем и ночью под водой Охраняет мой покой. (Подводная лодка)
5. Чудо-птица, алый хвост. Прилетела в стаю звезд. Наш народ построил эту Межпланетную (Ракету)	6. В самолете он летает, Страну нашу охраняет. Выполняет он приказ: Защищая с неба нас. (Летчик)
7. У мальчишек он на вооружении. Эффективен он в применении. Очередью метко стреляет. С лазером, пулями он бывает. (Автомат)	8. Бескозырка и тельняшка, Вьются ленты за спиной. По полгода ходит в море, Вы узнали кто такой? (Моряк)
9. У военных на плечах В виде звезд какой-то знак. Он поможет, может быть, Звание определить. (Погоны)	10. Тучек нет на горизонте, но раскрылся в небе зонтик. Через несколько минут опустился. (Парашют)
11. Можешь ты солдатом стать. Плывать, ездить и летать. А в строю ходить охота. Ждёт тебя солдат.....(Пехота)	12. Снова в бой машина мчится. Режут землю гусеницы. Та машина в поле чистом Управляется ... (Танкистом)

13. Брат сказал: «Не торопись». Лучше в школе ты учишь. Будешь ты отличником. Станешь ... (Пограничником)	14. Моряком ты можешь стать, Чтоб границу охранять, И служить не на земле, А на военном ... (Корабле)
15. Грянул гром, весёлый гром. Засверкало всё кругом. Рвутся в небо неустанно Разноцветные фонтаны. Брызги света всюду льют. Это праздничный... (Салют)	16. С ним бегут в атаку Русские солдаты. Клич протяжный, боевой, Назовите-ка какой? (Ура!)

Гр. № 2 и гр. № 4

Пословицы:

- Мир строит, а война ... (Разрушает)
- Трудно в ученье... (Легко в бою)
- Один в поле... (Не воин)
- Один за всех... (И все за одного)
- Щи да каша... (Пища наша)
- Храбрый побеждает... (Трус погибает)

Игра для детей «Продолжи предложение»

«Танком управляет...» (Танкист)
«Из пушки стреляет...» (Артиллерист)
«За штурвалом самолета сидит...» (Лётчик-штурман)
«Из пулемета строчит...» (Пулемётчик)
«В разведку ходит...» (Разведчик)
«Границу охраняет...» (Пограничник)
«На подводной лодке несет службу...» (Подводник)
«С парашютом прыгает...» (Парашютист)
«На кораблях служат...» (Моряки)

Чтоб защитниками стать, Долг солдата выполнять, Нужно крепким, сильным быть, С физкультурой дружить.

3. Медсанчасть «Медсестра».

Нужно перебинтовать раненных солдат.

4. Бассейн «Попади снарядом в цель».

*Чтоб здоровьем завидным отличаться,
Надо больше нам тренироваться.
А сейчас проведем наглядный урок –
Кто у нас самый меткий стрелок?*

Бассейн сухой. В чаше разбросаны снаряды (мячики разного цвета). Нужно их собрать в четыре корзины по цвету (патроны, снаряды, мины, гранаты)

– Есть такая пословица: «Не тот стрелок, кто стреляет, а тот, кто в цель попадает». Проверим, какие вы стрелки!

На расстоянии 1,5–2 м. стоят танк и самолёт (корзины для метания). Нужно попасть в цель.

5. Кабинет психолога «Разминируй поле»

Стоят две коробки, капитанам роты нужно отгадать в которой коробке лежит мина, руками в отверстие найти среди предметов теннисных мячиков, кубиков необычный предмет и его вытащить.

Гр. № 2 и гр. № 4

Отряду собрать пазлы – самолёт, танк, вертолёт.

Гр. № 3; гр. № 5; гр. № 6: В конвертах лежат буквы, из них отряд должен сложить слова: РОДИНА, РОССИЯ.

6. Физкультурный зал «Сходи в разведку».

Рота друг за другом проходит через забор (верёвки хаотично завязаны), нужно не дотронуться до них. Дальше пройти по болоту(обручи переставлять), не утонуть в нём; пролезть пластунским способом по окопу(стоят гимнастические скамейки, на них лежат через расстояния гимнастические палки),;пройти след в след спиной вперёд по следам.

Пройдя все шесть станций, на которых они получали пазл с мозаики. Дети идут в музыкальный зал, собирают свою картинку – мозаику.

Инструктор по Ф. К.:

Наша армия родная и отважна, и сильна.

Никому не угрожая, охраняет нас она.

Очень любим все мы с детства, этот праздник в феврале,

Слава армии Российской! Самой мирной на Земле!

Все: Слава! Слава! Слава!

Песня «Наша армия»

Инструктор по Ф. К.: Вот и подошел к концу наш праздник. В день рождения Российской армии празднуют свой день моряки! (Салют им!). Празднуют свой день танкисты! (Салют им!) Празднуют свой день артиллеристы! (Салют им!), А самый главный салют – всем солдатам, офицерам и генералам, всем храбрым защитникам Отечества нашего!

С праздником!

Награждают всех участников медальками и грамотой отряд (группу)

До свидания!

Под звуки марша из зала сначала выходят солдаты, затем зрители

СОЛНЦЕ В ГОСТИ К НАМ ПРИШЛО

(праздник, посвященный Дню защиты детей)
Младшая и средняя группы

*Шувалова Ирина Ивановна,
инструктор по физической культуре,
г. Иркутск*

Цель: Создание условий для формирования физических качеств детей дошкольного возраста.

Задачи:

1. **Обучающая** – научить основным видам движения, посредством игровых упражнений в беге, прыжках, метании с использованием игр с элементами хореографии.
2. **Развивающая** – развивать доброжелательные отношения между детьми, умение работать в группе сверстников.
3. **Воспитательная** – воспитывать желание заниматься физкультурой, проявлять творческую инициативу в процессе двигательной деятельности.

Оборудование: магнитофон или ноутбук, флажки по количеству детей, обручи маленькие по количеству детей, зонтики – 2–3 шт., мелки разных цветов, мыльные пузыри.

Звучит музыка «Пусть всегда будет солнце» или «Вот оно, какое наше лето», дети входят в зал с флажками и садятся на обозначенные места.

Инструктор: Здравствуйте ребята! Сегодня у нас с вами праздник! Наступило лето! И теплом вся земля согрета! 1 июня – день больших затей – День защиты в мире маленьких детей!

Этот праздник мы посвящаем самому прекрасному на земле – детям!

Ребята, вы любите лето? Почему мы его любим?

Чем богато лето? Правильно! Молодцы! А кто нас летом греет? Конечно же, Солнышко.

А давайте мы все вместе позовём его к нам в детский сад?

Сейчас все вместе скажем волшебные слова:

«Солнце, солнце появись, к детям в садик ты спустись».

Почему-то оно не слышит нас, давайте похлопаем в ладоши и еще раз произнесём волшебные слова.

Ой, ребята, что-то так жарко стало!

Смотрите, смотрите, кто к нам идет!

Так это и есть солнышко.

Солнышко: Здравствуйте, мои милые ребятки!

В гости звали вы меня?

Как я рада вас всех видеть и слышать!

Хотите со мной поиграть?
 Давайте с вами познакомимся.
 Меня зовут Солнышко-Лето! А вас как?
 (Дети хором называют своё имя).
 Вот и познакомились.
 Можно начинать и играть.

Инструктор: Солнышко, а наши дети каждое утро встают по порядку и делают зарядку. Хочешь посмотреть?

Солнышко: С удовольствием, милая моя детвора!

Музыка «Мы весёлые мартышки» (дети танцуют)

Солнышко: Ой, какие вы молодцы! Как с вами хорошо!
 Мне еще жарче стало! Давайте дальше играть и друзей развлекать!

Инструктор: Я знаю очень интересную эстафету, называется «Весёлый флажок!».

Солнышко: Давайте скорее играть!
 (Солнышко встаёт на противоположную сторону, куда побегут дети с флажками).

Эстафета «Весёлый флажок»

Детям раздаются флажки по одному каждому, и они встают на противоположную сторону зала в шеренгу. По сигналу инструктора дети бегут на другую сторону зала до определённой черты, где их встречает Солнышко, машут инструктору флажком и возвращаются обратно. Кто быстрее.

Инструктор: Солнышко? Тебе понравились наши флажки?

Солнышко: Конечно, понравились?
 Они в вас такие яркие как мои лучи солнца.
 А я тоже знаю интересную эстафету
 и называется она «Солнечные лучики».

Эстафета «Солнечные лучики»

Дети выстраиваются в 2 колонны с флажками в руках. Рядом у каждой колонны стоит воспитатель. На расстоянии 2 метра от детей ставим дугу для подлезания или обруч на подставке, от обруча на расстоянии 2–3 метра кладём обруч небольшого размера – для того чтобы дети у края обруча клали свои флажки. По сигналу инструктора первый участник пролезает под дугой, бежит до обруча и кладёт свой флажок у края обруча и возвращается тем же путём и встает в конец колонны. Бежит следующий и т. д. Потом смотрим, чьё солнышко с лучиками красивее.

Солнышко: Какие молодцы! С такими яркими лучами еще жарче стало! Ой, кажется дождь собирается? Тучка злая по небу плывёт. Ребятишки скорее вставайте врассыпную, мы с вами станцуем танец про злую тучку, и она пройдет мимо.

Танец «Злая тучка»

Злую тучку наказали: «Ты плохая» – ей сказали. А она заплакала – кап, кап, кап, закапала. Кап, кап, кап – дождик пошел.....(и всё по тексту песни).

Солнышко: Вот и убежала злая тучка, но, кажется, дождь собирается.

Подвижная игра «Солнышко и дождик»

Дети, смотрите, как ярко светит солнышко. Давайте побегаем. Дети под весёлую музыку бегают по залу. Музыка останавливается или сменяется на грустную. Инструктор говорит: «Ой дождь пошел, быстро прячемся под зонтик». Игра повторяется 2–3 раза.

Инструктор: Закончился дождь. И маленькие утятки, и цыплятки (так называются младшие группы) вышли потанцевать.

Танец «Весёлые утята»

Инструктор: Теперь можно и весёлую песню спеть.

Песня «Улыбка»

Солнышко: С вами ребята очень хорошо, но мне пора возвращаться.

Пора землю прогревать! Деток всех обогреть!

Птицы, звери ждут меня. Вы без меня не скучайте, каждое утро, меня встречайте! Веселитесь и играйте! Про меня не забывайте!

Оставляю вам игру – поиграйте! До свидания, ребята!

Инструктор: А мы продолжаем играть.

Подвижная игра «Займи место»

Раскладываем обручи по количеству детей в хаотичном порядке. Дети занимают любой обруч. Звучит музыка, дети бегают по залу, не задевая обручи, музыка останавливается. Инструктор говорит: «Займи домик!», ребёнок должен встать в любой обруч. Игра повторяется 2–3 раза.

Инструктор: Повеселились, поиграли, пора и в группы возвращаться! Спасибо вам ребята, за то, что вы такие весёлые, смелые, за то, что вы есть. До свидания!

Дети под весёлую музыку расходятся по группам.

А после сна – рисунки на асфальте.

Пускание мыльных пузырей.

На асфальте наши дети очень любят рисовать!

Разноцветными мелками любят краски рассыпать!

Пусть в ваших рисунках будут Солнце, счастье, дружба!

С Днём защиты детей!

ЗДРАВСТВУЙ, ЛЕТО!

Возраст: 4–7 лет

*Шувалова Ирина Ивановна,
инструктор по физической культуре,
г. Иркутск*

Цели:

1. Формирование у детей интереса к занятиям физкультурой.
2. Сохранение и укрепление здоровье детей.

Задачи:

- совершенствовать умения и навыки выполнения игровых заданий, эстафет;
- развивать навыки командного взаимодействия;
- создать у детей прекрасное настроение и ознакомить с правилами поведения в лесу.

Инструктор: Всем! Всем! Добрый день!

Здравствуй, лето жаркое!

Здравствуйте, дорогие ребяташки!

Словом, здравствуйте, желаю вам здоровья и задора!

Прилетело лето в гости в детский сад!

Всех ребят согрело и играть на свежем воздухе велело!

Так давайте, детвора, крикнем все физкультура!

Праздник пора нам уже начинать

Будем сегодня играть, танцевать и призы получать!

На разминку выходите, свою ловкость покажите! (Музыка «Барбарики» (воскресенье, суббота, это не работа....)).

Ребята? А вы рады, что лето наступило?

Дети: ДА!

Инструктор: Тогда встречайте Лето.

Под музыку появляется Лето в ярком сарафане и шляпке, украшенной цветами. (Звучит детская песня "Здравствуй Лето!")

Лето: Мой вам привет, ребята-дошколята!

Я – Лето красное, я солнышком богато.

Его цветы в моём венке.

Любуйтесь все, ребята!

Инструктор: Ребята, давайте все вместе поздороваемся с Летом. На счет 1, 2, 3. Скажем Здравствуй лето! (Дети здороваются с Летом).

Лето: Вы меня все знаете ребята? (Да).

А я вас нет!

Давайте познакомимся. На счет 1, 2, 3 вы все вместе назовёте своё имя! Приготовились (лето считает 1, 2, 3)? Вот и познакомились.

Лето: Ребята, что вы любите делать летом? (Ответы детей).

Вы играйте, не скучайте, а я по миру пробегусь и к вам попозже

Чуть вернусь! (лето уходит под музыку).

Инструктор: Начинаем играть и друг друга побеждать.

Первая эстафета «Лучи солнца» (для старших детей)

(2 команды по 5–6 чел, в руках у каждого ребёнка гимнастическая палка. На расстоянии 3-4 метра от команды лежит обруч. По сигналу под музыку дети по очереди бегут до обруча и кладут палку около ободка обруча (это луч солнца). По окончании смотрим чьё солнышко красивее).

«Собери лучики солнышка» (для младших и средних)

(Инструктор рассыпает небольшие лучики примерно 30 штук по всему залу и ставит две тарелочки одноразовые. Дети под музыку собирают и кладут их на тарелочку).

Инструктор: А сейчас поиграем (для старших детей). Я вам буду говорить слова, а вы показывайте мне обозначения жестом.

Игра «Как живёшь?» (для старших детей)

Как живёшь? (дети прямую руку вперед и показывают большой палец).

Как идёшь? (дети шагают на месте). Как сидишь? Как бежишь?

Как плавёшь? (дети показывают). Как поёшь? Как орёшь?

Игра «Солнышко и дождик» (для младших детей)

Инструктор: Держит солнышко в руках, чтобы дети видели, под музыку дети бегают, радуются солнышку, а как только музыка меняется на более грустную и инструктор говорит «дождик, дети прячутся под зонтик, который держит воспитатель. Игра повторяется 2–3 раза.

Инструктор: Ребята, вы любите ходить в лес?

А кто из вас знает, что нельзя делать в лесу

(Разжигать огонь, бросать мусор и т. д.).

Правильно.

И мы с вами проведем вторую эстафету **«Потуши огонь»** (для старших детей).

Две команды по 5–6 чел. Впереди от команды на расстоянии 1 метра лежат по прямой обручи 3 шт., близко друг к другу. И рядом с командой лежит 3 мешочка для метания. Дети по команде забрасывают по одному мешочку в каждый обруч –

в первый, второй, третий. Один ребёнок бросает 3 раза, затем передаёт другому. Тушим огонь. Выигрывает команда, которая всегда попадала в обручи.

Для среднего возраста: Тоже самое, только кладём обруч один и бросают 1 мешочек в обруч.

Инструктор: Огонь потушили. Можно и поиграть

Вторая эстафета «Отнеси-принеси» (для старших детей)

Две команды по 5–6 чел. В каждой команде по 1 мячу. На расстоянии 3–4 метра от команды лежит на полу обруч. По сигналу первые участники с команд с мячами бегут до обруча и кладут свои мячи в обруч, каждый в свой. Возвращаясь передают эстафету следующему участнику и встают в конец колонны. Второй бежит, берёт мяч и возвращаясь передаёт следующему и т. д. Один уносит мяч, второй приносит. Выигрывает команда та, кто ни разу не ошибётся и первый справиться с заданием.

Третья эстафета «Принеси солнышко» (для среднего возраста)

2 команды, от команды на расстоянии 3-4 метра лежит обруч в обруче мячи по количеству детей в команде. По сигналу дети по одному бегут до обруча и берут один мяч – это маленькое солнышко и возвращаясь передает эстафету мячом и встает с мячом в колонну, бежит следующий и т. д. По окончании игры у каждого ребёнка в руках мяч, можно дать детям поиграть с мячом – подбросить мяч и поймать.

Инструктор: А сейчас становитесь в большой круг.
Поиграем, пошалим и по группам побежим,
Летом будем веселиться.

Игра с мячом

Дети встают в круг, детям дают 2 мяча на разных сторонах, по сигналу мячи передают в разные стороны, как мячи встретятся, дети с мячами выходят в круг и пляшут. За вторым разом мячи дают другим детям.

Инструктор: Наш праздник завершается,
Но мы грустить не будем.
Пусть будет мирным лето.
На радость, добрым людям!

Инструктор: А вы ребята, хотите сделать наш дворик веселым, праздничным, разноцветным?

Тогда берите в руки мелки и украсим асфальт нашего детского сада вашими рисунками. (Дети под детскую веселую музыку рисуют на асфальте).

Приложение

Ребенок:

Здравствуй, лето! Здравствуй, лето!
Ярким солнцем все согрето!
Здравствуй, белая ромашка,

Здравствуй, розовая кашка,
Здравствуй, летняя листва.
У нас сегодня праздник, детвора!

Ребенок:

Что такое лето?
Это много света!
Это поле, это лес, это тысяча чудес!
Это в небе облака, это быстрая река,
Это яркие цветы, синь небесной высоты,
Это в мире сто дорог для ребячьих быстрых ног!

Ребенок:

Лето пахнет земляникой,
Тёплым дождиком, клубникой.
Пахнет лето огурцами
И душистыми цветами.
Много запахов у лета,
Не расскажешь до рассвета,
Лето очень вкусное
И ничуть не грустное.

ПОБЕДА БУДЕТ ЗА НАМИ!

(соревнования среди детских садов на тему
74 годовщины Победы в Великой Отечественной войне)
Возраст: 6–7 лет

*Федорук Елена Владимировна,
Щипец Любовь Алексеевна,
инструкторы по физической культуре,
с. Хомутово*

ПОЛОЖЕНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ

Цель: Воспитывать чувство любви к Родине, гордости за героизм нашего народа, уважение к защитникам Родины.

Задачи: Воспитывать целеустремленность, настойчивость и чувство товарищества при проведении коллективных эстафет. Развивать: физическую активность:

- Выдержку, ловкость, ориентировку в пространстве.
- Воспитывать внимание, целеустремлённость, чувство товарищества.
- Побуждать родителей проявлять интерес к делам ребенка и быть готовыми к эмоциональной поддержке.

Команды под спортивный марш входят друг, за другом и выстраиваются в шеренги лицом в зал.

Предварительная подготовка: Эмблемы на каждого участника с названием команд; девиз; визитка с названием учреждения – формат А3; бейджик – для инструкторов по физической культуре.

Наградной материал: Медали для каждого участника соревнований, кубки для детских садов, грамоты, дипломы.

Оборудование: Для детей мячи по 10 шт. малого размера; ленты – по 10 шт.; пилотки – по 10шт.; мешочки – 10 шт.; кубики – по 10 шт.; самолёт – по 1 на команду; наушники – по1 на команду; обручи – по 9шт.; модули мягкие – 3шт.; подставки для обручей – 3 шт.; корзины – 4 шт. Для эстафет: конусы – 3 шт.

В зале присутствуют жюри, гости и организаторы соревнований. Звучит музыка спортивный марш. Входят колонны команд и перестраиваются в шеренги. Приветственное слово предоставляется

Звучит гимн!

1. Директору:
2. Инструктору: КСК

Перед началом соревнований выступление юных гимнастов.

Инструктор: Е.В. Федорук. Представляет команды. Каждая команда называют себя и девиз. Перед началом состязаний участникам напоминаю инструктаж по технике безопасности при выполнении эстафет: расставить команды, так чтобы они не соприкасались друг с другом; перед каждой командой ставим конусы, обозначающую линию старта и выход за них приносит штрафное очко команде; команды прибегают только в свой коридор; передают эстафету у конуса по правую руку; дальние конусы для команд, которые надо оббегать, расставляют от края площадки до 3-х м. После того как все готово к проведению эстафеты следует объяснение ее содержание и показ. После того как все команды пробежали этапы, жюри подводит итоги этапа и общие итоги соревнования.

1. Эстафета «Баррикады» (бег в прямом направлении).

Оборудование: конус.

Когда в города и села наступали немцы, жители строили баррикады, вот и мы соорудим баррикаду, чтобы враг не вошел на нашу территорию.

У каждого участника в руке кубик. (По сигналу дети по очереди бегут к указанному месту, и ставят кубик на кубик, строят баррикаду. Побеждает команда первой, выполнившая задание).

2. Эстафета «Солдатская пилотка» (бег с препятствиями возле дальнего конуса стоит воспитатель с пилотками в руках).

Оборудование: конус, мягкий модуль, обруч, стойка, пилотки – 10 шт.

(Участник бежит до мягкого модуля, перепрыгивает, пролазит в вертикальный обруч, берёт пилотку, оббегает конус и возвращается по прямой, передаёт эстафету следующему, а сам встаёт в конце колонны и надевает пилотку).

На войне сражались не только мужчины, но и женщины. Они были медсестрами, врачами, санитарками, разведчицами, связистками. И сейчас на задания отправятся связистки.

3. Эстафета «Связистки» (девочки выполняют задания, передвигаясь прыжками).

Оборудование: конус, обручи – 9 шт. и наушники.

На полу разложены обручи в виде классиков. (Девочки по очереди на старте надевают наушники и выполняют прыжки до конуса, оббегают его и возвращаются по прямой, передают наушники следующей участнице соревнований).

4. Эстафета «Лётчики» (мальчики: бег змейкой и метание в горизонтальную цель).

Оборудование: конус, модель самолёта, фишки и корзина мешочками и 3 корзины. (На полу 3 фишки по прямой на расстоянии, мальчики бегут змейкой держа самолёт в одной руке, подбегают до коробки берут мешочек, метают в горизонтальную цель и бегут до конуса оббегают и бегут с самолётом в руке и передают следующему участнику соревнований).

На войне было необходимо большое количество патронов, снарядов и гранат. Поэтому во время бомбежки солдаты помогали друг другу и подносили к оружию снаряды.

5. Эстафета «Переправа снарядов» (построение в шеренгу).

Оборудование: обручи – 2 шт., мячи маленькие – 10 шт.

Дети передают мячи с конца шеренги в начало и складывая в обруч.

6. Эстафета «Салют победы!» (бег в прямом направлении с лентой в руках с перестроением в колонну на финише).

Оборудование: цветная лента на каждого участника соревнований.

(Дети по одному добегают до воспитателя, отдают ленту, и встают за ней образуя колонну).

Инструктор: Объявляет, что все эстафеты закончены и пришло время для наших судей объявить, кто победил.

Слово предоставляется инструктору КСК К.С. Труфановой.

Проходит награждение и поздравление команд. В конце фото на память.

И под музыкальное сопровождение команды уходят из спортивного зала.

РОССИЙСКИЕ ВОЙСКА

(праздник для детей подготовительной группы и родителей)

*Федорук Елена Владимировна,
инструктор по физической культуре,
с. Хомутово*

Задачи:

1. Воспитывать любовь к Родине, уважение и чувство гордости за Российскую армию, стремление быть защитниками Отечества.
2. Развивать физические качества детей, способствовать развитию и укреплению всех органов и систем детского организма при помощи разнообразных физических упражнений.
3. Воспитывать смелость, решительность, чувство товарищества, уверенность в своих силах и настойчивость в преодолении препятствий.
4. Развивать эмоциональную сферу детей, способствовать формированию радостного настроения.
5. Способствовать укреплению детско-родительских отношений, повышению авторитета отцов.

Оформление зала: Флажки и воздушные шары (Российская символика), центральная стена оформлена триколор с взлетающим самолётом, детские работы.

Оборудование: Музыкальная подборка: марши, музыка для разминки и соревнований, обручи $\varnothing = 40$ см – 6 шт. и $\varnothing = 30$ см – 8 шт.; 2 дуги $h = 45-50$ см; игровые фишки с цифрами от 1 до 4–8 шт.; сигнальные конусы – 2 шт.; 2 конверта-донесения; 2 шнура; кубики 5 x 5 – 12 шт.; степы – 8 шт.; шары возд. – 2 шт.; мячи бумажные – 30 наб.; ложки и картошки – 2 шт.; самолеты – 15 шт.; 2 корзины; канат; маты – 2 шт.; флажки для старш. гр.

Ход праздника: На зрительских местах расположены приглашённые гости родители, администрация. (Музыка). Дети входят в зал с флажками и выполняют музыкально-ритмическую композицию «Вперёд Россия!».

Инструктор: Здравствуйте, дорогие гости! Сегодня мы отмечаем День защитника Отечества. Это праздник дедушек, пап, мальчиков и тех, кто связан с военной службой и имеет отношение к защите отечества. И мне хочется поздравить всех вас, и пожелать всего самого наилучшего и успехов в дальнейшем.

Ребенок (девочка):

Мой папа главный самый,
Он у нас главнее мамы!
Только это не всегда,
Главнее мамы папа,
В день – 23 февраля!

Ребенок (девочка):

Потому что в этот день

Праздник папа отмечает,
День защитника Отечества,
Этот праздник называет!

Ребенок (девочка):
В нашей армии служили
Наши деды и отцы.
Станут мальчики большими,
Будут тоже молодцы.

Инструктор: На парад, посвящённый празднику Дню защитника Отечества!
Становись! (Музыка.) Под марш мальчики и девочки выполняют построения.

Ребёнок:
Равняйся, смирно! Песню запевай!
Дети исполняют песню «...».

Пьеса «Честное слово»

Пьеса для детского творчества к празднику 23 февраля для старших и подготовительных групп. Звучит музыка, выходит группа детей строевым шагом.

Ведущий:

Однажды во дворе ребята, играть затеяли в солдаты.
Ходили строем по дороге, шагали дружно нога в ногу.

1-ый ребёнок, командир:

Ну-ка, дружно, раз, два, три и на месте все замри.
Все направо повернулись раз, два, замерли и подтянулись раз, два.
(К детям подходит мальчик Саша).

Саша:

Ребята, возьмите меня поиграть.
Я тоже могу с вами строем шагать.
Я с детства мечтаю солдатом служить.
Чтобы смело Отчизну свою защитить.

Командир:

Ты будешь сержантом, я твой командир.
Здесь склад оружейный у нас.
Стоять часовым мы тебе поручим.
Такой вот сегодня приказ.

2-ой ребёнок:

Ты должен дать слово, что важный свой пост, не бросишь ни в дождик, ни в зной.
И, чтоб ни случилось ты, часовой, не побежишь домой.

Саша:

Я честное слово даю, командир. Что пост не покину я свой.
Я выполню долг, как честный солдат. И не побегу домой.

3-ий ребёнок:

Сейчас мы уходим в поход боевой. У нас боевые ученья.

А ты нас дождись, солдат постовой. Такое тебе порученье!

Командир:

Все налево повернулись раз, два, на позиции вернулись раз, два.

Все вместе:

Кто шагает дружно в ряд? Нашей армии отряд!

Смелые солдаты – дружные ребята. Не боимся мы преград,
Каждый службе будет рад. (Отряд уходит, часовой остаётся стоять)

Ведущий:

Ушли солдаты на ученье, а постовой стоит столбом.

Гордился Саша порученьем, как будто охранял свой дом.

Проходит время, вот уж полдень, спешит к нему его сестра

Позвать домой его решила, обедать мальчику пора.

Сестра:

Пойдём домой, нас мама ждёт. Она обед уж разогрела.

Мультфильм по телеку идёт, а ты столбом стоишь без дела.

Саша:

Я не могу идти домой, я на часах, я постовой.

Я слово дал склад охранять и пост не должен оставлять.

(Сестра уходит).

Ведущий:

Проходит время, скоро вечер и брат к нему спешит на встречу.

Брат:

Пойдём домой, нас мама ждёт, она обед уж разогрела.

Мультфильм по телеку идёт, а ты столбом стоишь без дела.

Саша:

Я не могу идти домой, я на часах, я постовой.

Я слово дал склад охранять и пост не должен оставлять.

Ведущий:

И вот спешит к сыночку мама.

Мама:

Зачем ты, сын, такой упрямый. Ведь сколько времени прошло,

Уже на улице темно. Иди домой, уж есть пора,

Закончилась твоя игра.

Саша:

Я не могу идти домой. Я на часах, я постовой.

Я слово дал склад охранять и пост не должен оставлять. (Мама уходит).

Ведущий:

Уже на улице темно, все разошлись давным-давно.

Стоит наш стойкий часовой, не может долг нарушить свой.

Ждёт с нетерпением возвращенья Солдат с военного ученья.

Не знает Саша, что ребята давно забыли про солдата.

Вот, наконец, пришёл отец, чтоб спору положить конец.

Отец:

У меня есть предложенье, как найти для нас решенье.

Ты ведь знаешь, что я, сын, тоже в армии служил.

Знаю я, как это важно, слово честное сдержать.

Но тебе свой пост оставить Старший может приказать.

Я, как лейтенант запаса, вам, сержант, даю приказ:
Пост свой можете оставить, и домой идти сейчас.

Ведущий:

С облегчением сын вздохнул, Лейтенанту козырнул.

Саша:

Есть, товарищ лейтенант, послужить всегда я рад.

А теперь пошли домой, заждались нас с тобой.

Ведущая:

Нам не важно, кем он будет. Этот маленький солдат:

Агрономом, астрономом, в президенты кандидат.

Честным будет, настоящим и защитником блестящим.

Ведь ценилась век от века, честность в каждом человека.

Инструктор: А сейчас задание. Начинаем покомандное соревнование! Пришло время начинать наши соревнования и показать в них все свои навыки и умения! В соревнованиях принимают участие команды: «Десантники» и «Пехота». Предлагаю, командам построится и поприветствовать друг друга: «Десантникам» и «Пехота» – ФИЗКУЛЬТ!!! Дети – ПРИВЕТ!!!»

Инструктор: На каждом соревновании обязательно должны быть судьи (представление членов судейской коллегии):

1..... 2..... 3

Результаты каждого испытания будут заноситься в специальную таблицу. Когда соревнование закончится, мы посчитаем результаты.

Инструктор: Чтоб победы вам добиться, надо честно потрудиться!

В играх правила все знать – их отлично выполнять!

1. ЭСТАФЕТА «Донесение» (дети).

Участвуют 2 команды детей. Команды стоят в 2 колонны. Напротив каждой «полоса препятствий»: обручи на подставке задача каждого игрока пролезть в него, в три обруча лежащие на полу запрыгнуть добежать до конуса, оббежать его и вернуться в команду. Выигрывает команда, первая закончившая эстафету без нарушения правил.

Инструктор берёт конверт один и читает письмо:

Каждый солдат должен уметь управлять автоматом. Становитесь, друг за другом, сейчас будем автомат на скорость передавать. Посмотрим, какая команда справится быстрее.

2. Конкурс «Передай оружие».

У первых участников в руках автоматы. По команде ведущего они передают автоматы по верху в конец колонны, последний ребёнок с автоматом бежит, и становится первым. Начинает делать то же самое и так пока снова не станет на своё место. Впереди вас ожидает опасность нужно разминировать минное поле, а помочь нам должен опытный товарищ.

3. ЭСТАФЕТА «Разминируй поле» (дети и взрослые), (музыка).

На полу обручи в них лежат различные пластиковые бутылки. Чья парная команда быстрее разминирует (открутит крышки).

Инструктор читает:

А сейчас ещё трудней задача нужно переправить всех детей на другой берег реки. Капитаны команд папы сажают детей в лодку (обруч) и бегом бегут на другую сторону зала.

4. ЭСТАФЕТА «Переправа» (дети и взрослые, музыка).

Инструктор читает: А сейчас папам дадим время передохнуть. Что за солдат, который не умеет метко стрелять!

5. ЭСТАФЕТА «Меткий стрелок» (мальчики, музыка).

Перед командами натянута верёвка, на которой навешены бумажные мишени. Сначала одна команда встаёт в одну шеренгу, им раздают по два патрона (разноцветные мягкие мячи или шарики). Потом вторая.

Инструктор: Направляемся на военно-морскую базу. Без моряков никак не обойтись, ведь именно они защищают морские просторы нашей Родины. Морякам не зевать, силу, ловкость показать. Приказываю, навести порядок на корабле!

6. ЭСТАФЕТА «Убери мусор с корабля» (музыка).

Девочки собирают шарики в разные корзины

Инструктор: Служба, службой, а обед по расписанию.

7. Конкурс «картошка в ложке» (дети и взрослые).

Папы усаживают ребёнка на плечи, а ребёнок берёт ложку, в которой есть картошка, бегут до фишки и кладут в ведро.

Инструктор: Десантники самые, смелые и отважные солдаты, их жизнь не мыслима без прыжков с парашютом, каждый мальчишка мечтает вырасти и служить в десантных войсках.

8. Игра «Десантники» (дети и взрослые, музыка).

Дети и взрослые стоят в круге, взрослые держат парашют по сигналу «ПРЫЖОК» дети бегут под ковёр, взрослые поднимают ковёр вверх. По команде «К ПРЫЖКУ ГОТОВСЬ!» бегут обратно на свои места.

Инструктор: Наши бойцы с честью преодолели все испытания, объявляю благодарность всему личному составу!

Инструктор: Нужен отдых и солдату, чтобы книгу почитать. А сейчас мы отдохнём и вспомним пословицы о дружбе, а жюри объявит победителей наших соревнований.

9. Конкурс пословиц о дружбе (дети).

Важно для солдата с товарищем дружить, и солдатской дружбой очень дорожить. Ребята, давайте немного отдохнём от состязаний и объявим конкурс пословиц о дружбе. Пословицы будем говорить по очереди: сначала дети, а затем взрослые.

Пословицы о дружбе

Нет друга – ищи, а нашёл – береги.

Старый друг лучше новых двух.

Доброе братство — милее богатства.

Дружбу водить — так себя не щадить.

Не имей сто рублей, а имей сто друзей.

Друг познаётся в беде.

Бой красен мужеством, а товарищ дружеством.

Один за всех и все за одного.

Инструктор: А наши дети приготовили подарки для своих пап и дедушек. Вот какой красивый и весёлый праздник у нас получился. Дети показали свою ловкость, смелость, сноровку. Молодцы! И ещё раз хочется поздравить всех мальчиков, пап, дедушек с замечательным днём – **ДНЁМ ЗАЩИТНИКА ОТЕЧЕСТВА** и предоставить слово нашему жюри. Выступление члена жюри с оглашением результата соревнований. Вручение грамот командам и медалей для мальчиков и девочек (фотосессия).

Звучит марш – дети организованно выходят из зала.

ПРАЗДНИК НА ВОДЕ

(посвященный Дню Космонавтики)

*Ольга Вадимовна Подлевская,
инструктор по физической культуре,
г. Иркутск*

Цель:

- Закрепление навыков согласованного движения руками, ногами и дыхания при плавании кролем на груди.
- Развивать умение анализировать, контролировать и оценивать движения свои и сверстников.
- Воспитывать справедливость, дружелюбие, организованность.

Участвуют 2-е команды по 6 человек «Спутник» и «Ракета».

Оборудование: Большие мячи, плавательные доски, ласты, тонущие игрушки, плавательные круги, большие обручи.

Ведущий: Дорогие ребята, в этом году 12 апреля исполняются 55 лет Дню космонавтики. Именно 12 апреля 55 лет назад человек впервые полетел в космос, это был советский космонавт – Юрий Алексеевич Гагарин. Я хочу предложить сегодня вам стать членами отрядов космонавтов. Наши космонавты перед полетом долго тренируются на земле, и в бассейне. В бассейне они тренируются потому, что человек в воде чувствует себя так же, как в невесомости в космосе. Сегодня у нас тренируются 2 экипажа, как у настоящих космонавтов: команда «Спутник» и команда «Ракета», Экипажи поприветствуют друг друга:
«Спутник»: Мы приветствуем команду «Ракета». Желаем полететь на другую планету. Захватить там храбрость и смелость. А в игре проявить умелость!

«Ракета»: А вам, наш «Спутник» дорогой,
Желаем от души,
Чтоб результаты ваши
Все были хороши!
Чтоб не знали сегодня усталости
И доставили всем много радости.

Ведущий: А сейчас, ребята, вам я вопрос один задам
Школу юных космонавтов собираемся открыть.
Вы хотели бы, ребята, в эту школу поступить?

Дети: Да, хотим!

Ведущий: А теперь пора лететь, вы не станете реветь?

Дети: Нет! Не станем!

Ведущий: Очень рада, но сначала,

Говоря без лишних слов,
Каждый должен быть здоров
Ну, а все ли вы здоровы?

Дети: Все здоровы! Все здоровы!

Ведущий: А к проверке вы готовы?

Дети: Да, готовы!

Ведущий: (обращаемся к доктору):
Доктор! Эти все ребята
В нашу школу кандидаты.
Я прошу вас дать ответ,
Все готовы или нет?

Доктор: Все дышите! Не дышите!
Все в порядке, отдохните!
Выше руки поднимите!
Покрутите! Опустите!
Наклонитесь! Разогнитесь!
Встаньте прямо, Улыбнитесь!
Да, осмотром я доволен,
Из ребят никто не болен,
Каждый весел и здоров
И к занятиям готов!

Ведущий: Спасибо, доктор, за осмотр.
Начинаем подготовку,
Выходи на тренировку.

1. Разминка (на суше).

1. Упражнение «Ракета»:

И. п. – ноги на ширине плеч, руки на пояс.

1–2 – руки вверх, ладони соединить, встать на носки.

3–4 – вернуться в и. п. (6 раз).

2. Упражнение «Вертушка»:

И. п. – ноги на ширине плеч, туловище наклонено вперед, руки в стороны. Повороты туловища вместе с руками (12 раз).

3. Упражнение «Стартовое»:

И. п. – основная стойка.

1. Наклон вперед.

2. Присед.

3. Наклон.

В и. п. (6 раз).

• Вдох-выдох с поворотом головы вправо-влево (4–5 раз).

- «Невесомость» – задержка дыхания.

2. В воде.

Команды спускаются в воду и встают у поручня.

- «Стартовая ракета». Команды в положении «Стрела» скользят от поручня к поручню 2-4 раза.
- «Метеоритный дождь ». Обе команды становятся лицом друг к другу и начинают брызгать. Проигрывает та команда, в которой первый игрок отвернется или закроет лицо.
- Игра «Достань остатки метеоритов со дна». Дети ныряют и достают со дна камушки и тонущие игрушки. Кто больше.
- Игровые упражнения (выполняются попарно).

Человек в воде чувствует себя также, как в невесомости в космосе.

- а) 1-я пара – звезда на груди;
- б) 2-я пара – звезда на спине;
- в) 3-я пара – «поплавок»;
- г) 4-я пара – «винт»;
- д) 5-я и 6-я пара поплавок–звезда–винт.

- «Открытый космос». Проплыть в тоннель.
- Большая эстафета.
 - 1 участник плавает кролем на груди туда и обратно.
 - 2-й с большим мячом, туда плавает на груди, обратно на спине.
 - 3-й плавает в ластах.
 - 4-й – с досточкой на груди и спине.
 - 5-й и 6-й – «буксир».
- Игровое упражнение «Солнце».

Ведущий: Ребята, а какая самая большая планета нашей галактики? «Солнце» – упражнение с большим обручем.

Подведение итогов, награждение команд, выход из воды.

СЦЕНАРИЙ МАЛЫХ ОЛИМПИЙСКИХ ИГР

*Юлия Ильинична Белоусова,
инструктор по физической культуре,
г. Иркутска*

Цель:

1. Приобщить детей к традициям большого спорта.
2. Продолжать укреплять здоровье детей.
3. Выявить спортивные интересы, склонности и способности детей.
4. Развивать быстроту, ловкость, силу, точность, выносливость.
5. Воспитывать умение побеждать и проигрывать.

Ведущий: Все собрались сегодня в зале,
Чтоб побороться за медали,
Приветствуем спортсменов всех!
Пусть впереди их ждет успех!

Спортивный зал украшен разноцветными флагами, шарами, плакатами, приготовлены флагшток, чаша для факела, музыкальное оформление.

Дети, одетые в спортивную форму (каждая команда со своей эмблемой на груди), под звуки марша проходят на площадку в колонне по одному. Каждая команда следует за своим воспитателем, который несет свою эмблему большого размера.

Колонны проходят на площадку, перестраиваются в колонну по три. Проходят спортивным шагом по залу, снова перестраиваются в одну колонну и перестраиваются, встают каждый на свое место.

В зале зрители, судьи на своих местах.

1-й ребёнок: В старину, в античном мире, 25 веков назад,
Города не жили в мире, шёл войной на брата брат.
И мудрейшие решили: ссоры вечные страшны,
Можно в смелости и силе состязаться без войны.

2-й ребёнок: С Древней Греции, с Эллады, взял пример и новый век,
Возродил Олимпиады - современный человек.
А для тех, кто в поле, в зале, кто в бассейне первым стал, –
Олимпийские медали олимпийский пьедестал!

3-й ребёнок: Что такое Олимпиада?
Это честный спортивный бой!
В ней участвовать – это награда
Победить же может любой!

4-й ребёнок: Мы игры олимпийцев открываем
На этот праздник приглашаем всех!
Здоровья, счастья, радости желаем,
Пусть олимпийский к нам придет успех!

5-й ребёнок: Праздник радостный красивый,
Лучше не было и нет!

6-й ребёнок: И от всех детей счастливых
Олимпиаде – наш привет!!!
Много маленьких спортсменов
Есть у нас в краю родном.
Будем мы отличной сменой,
Вместе скажем мы с тобой:

Все дети: И у нашего детсада
Есть своя Олимпиада!!!

Ведущий: Приветствует гостей, представляет судей.

(_____).

Ведущий: Капитанам команд доложить о готовности команд!

Капитан 1: Команда, равняйся! Смирно! Равнение на середину! Товарищ Главный судья команда «_____» к открытию Малых Олимпийских игр построена. Докладывает капитан команды _____(Ф. И.).

Капитан 2: Команда, равняйся! Смирно! Равнение на середину! Товарищ Главный судья команда «_____» к открытию Малых Олимпийских игр построена. Докладывает капитан команды _____(Ф. И.).

Капитан 3: Команда, равняйся! Смирно! Равнение на середину! Товарищ Главный судья команда «_____» к открытию Малых Олимпийских игр построена. Докладывает капитан команды _____(Ф. И.).

Главный судья: Малые Олимпийские игры разрешаю открыть! Внести олимпийский огонь!

Ведущий: Долгий путь преодолевает Олимпийский огонь. Его зажигают греческие девушки у развалин Древней Эллады. Много раз, переходя из рук в руки, спешит факел через весь мир, чтобы достичь олимпийского стадиона. Сегодня мы также зажигаем Олимпийский огонь – символ мира и дружбы народов планеты.

Девочка выносит олимпийский огонь.

1-й ребёнок: Священный огонь Олимпийский,
Гори над планетой века!
И факел, сегодня зажжённый,
Пусть пламенем дружбы горит.
И лозунг: «Мир всем народам!»
На празднике нашем звучит!

2-й ребёнок: Гори, гори, огонь Олимпа,
И освещай России путь,
Пусть будет жаркой в поле битва,
Медали пусть украсят грудь...
Пусть затихнут всюду войны,
Пока звучит победный гимн,
Пусть стадионы будут полны
Гостями олимпийских зим.

Ведущий: Во имя грядущих побед,

Во славу российского спорта,
Да здравствует детская олимпиада,
Ведущая к новым рекордам!

Ведущий: Наши ребята не только сильные, смелые, но и дружные, весёлые, умелые, справятся с любыми трудностями. Мы надеемся, что кто-нибудь из наших детей когда-нибудь поднимется на олимпийский пьедестал, станет олимпийским чемпионом!

Как выглядит флаг Олимпиады? Что означают цвета колец?

Символ Олимпиады – пять сплетённых цветных колец – обозначают дружбу между людьми всех континентов: Европы (голубое), Азии (желтое), Африки (черное), Австралии (зеленое) и Америки (красное).

Ведущий: Чтоб олимпийские игры начать,
Должны ребята клятву дать:
(Дети вместе с ведущим произносят слова клятвы).

Ведущий: Кто с ветром проворным может сравниться?

Дети: Мы, олимпийцы!

Ведущий: Кто верит в победу, преград не боится?

Дети: Мы, олимпийцы!

Ведущий: Кто спортом любимой отчизны гордится?

Дети: Мы, олимпийцы!

Ведущий: Клянёмся быть честными,
К победе стремиться,
Рекордов высоких,
Клянёмся добиться!

Ведущий: Считать Малые Олимпийские игры открытыми!

Ведущий: Нашим олимпийцам предстоят интересные испытания. И мы уверены, что они пройдут их достойно, с радостью и улыбкой. А скажите мне ребята, какие бывают Олимпийские игры?

Ведущий: Ну, команды смелые,
Дружные, умелые,
На площадку выходите,
Силу, ловкость покажите!

1. Эстафета «Священного огня».

Ведущий: Ярким пламенем горит,
Олимпийский дух хранит (Олимпийский огонь).

Ведущий: На олимпиаде зажигают факел с олимпийским огнём, который передают друг другу. Наши команды тоже будут передавать Олимпийский огонь друг другу.

У впереди стоящих в руках «факелы». По сигналу дети с «факелами» бегут до ориентира, огибают его и, возвращаясь, передают «факел» следующему игроку. Выигрывает команда, закончившая эстафету раньше. Ведущий одобряет действия детей, следит за четким выполнением правил игры. По окончании эстафеты объявляет команду-победителя.

Ведущий: Молодцы наши команды! А сейчас небольшой перерыв для команд. А на площадку я вызываю трёх девочек, которые умеют крутить обруч. Мы с помощью нашего жюри выберем из вас лучшую.

2. Эстафета с шайбой.

Ведущий: Во дворе с утра игра,
Разыгралась детвора.
Крики: «шайбу!», «мимо!», «бей!»
Значит там игра (хоккей).

Перед каждой командой на расстоянии 10–12 м ставятся ориентиры, имитирующие ворота. Первые номера получают по клюшке с шайбой. По сигналу они должны, подбивая шайбу клюшкой, довести её до ворот, забить гол. Затем клюшка передаётся второму игроку и т. д.

Ведущий: Молодцы наши команды! Сейчас опять небольшой перерыв для команд. А на площадку я вызываю трёх мальчиков, которые считают себя сильными и умеют отжиматься. Мы с помощью нашего жюри выберем из вас лучшего.

3. «Лыжные гонки».

Ведущий: Спорт на свете есть такой,
Популярен он зимой.
На полозьях ты бежишь,
За соперником спешишь (лыжные гонки).

Участники надевают «лыжи» и имитируя бег на лыжах оббегают ориентир и возвращаются в команду, передают «лыжи» следующему игроку.

Ведущий: Молодцы наши команды! А сейчас небольшой перерыв для команд. А на площадку я вызываю трёх ребят, которые умеют отгадывать загадки. Только чур, им не подсказывать.

Загадки

1. Стань-ка на снаряд, дружок.
Раз – прыжок, и два – прыжок,
Три – прыжок до потолка,
В воздухе два кувырка!
Что за чудо-сетка тут?
Для прыжков снаряд... (Батут)
2. Без весла не обойдёшься,
Если спортом тем займёшься.
А как занятие зовут,
Где в лодке к финишу плывут? (Гребля)
3. Есть у нас коньки одни,
Только летние они.
По асфальту мы катались
И довольными остались. (Ролики)

4. Вокруг глубокий снег лежит,
А он легко поверх бежит.
Лишь с колеи сойти нельзя,
Кто мчится к финишу, скользя? *(Лыжник)*
5. И мальчишки, и девчонки
Очень любят нас зимой,
Режут лед узором тонким,
Не хотят идти домой.
Мы изящны и легки,
Мы – фигурные. *(Коньки)*
6. Две подружки – кожаные подушки,
На руки одеваются,
На ринге сражаются. *(Боксерские перчатки)*
7. До чего смешной народ –
Камень кинули на лед.
Впереди него бегут,
Щётками зачем-то трут
Без того блестящий лед.
А зачем? Ну, кто поймет.
Неужели это **спорт**? *(Кёрлинг)*
8. Я катаюсь на нем
До вечерней поры.
Но ленивый мой конь
Возит только с горы.
А на горку всегда
Сам пешком я хожу,
И коня своего
За веревку вожу. *(Санки)*
9. Под музыку на льду прыжки,
Поддержки и вращения.
Полозья у коньков блестят,
Костюмы – загляденье. *(Фигурное катание)*
10. Как только утром я проснусь,
Присяду, встану и нагнусь –
Все упражненья по порядку!
Поможет вырасти ... *(Зарядка)*
11. Как солдата нет без пушки
Хоккеиста не без.... *(Клюшки)*
12. Гоняют клюшками по льду
Ее у нас всех на виду.
Она в ворота залетит,
И кто-то точно победит. *(Шайба)*
13. Из десятков разных стран
Собрались спортсмены к нам.
Вам название вспомнить надо:

- Этот «слет» –... *(Олимпиада)*
14. Этот знак не продают,
А торжественно вручают.
За спортивные успехи
Им лишь лучших награждают. *(Медаль)*
15. Болеть мне некогда, друзья,
В футбол, хоккей играю я.
И очень я собою горд,
Что дарит мне здоровье... *(Спорт)*
16. Спорт на свете есть такой
Популярен он зимой.
По полозьям ты бежишь,
За соперником спедишь. *(Лыжные гонки)*
17. Трудно, что ни говори.
Мчать на скорости с горы!
И препятствия стоят-
Там флажков есть целый ряд.
Лыжнику пройти их надо.
За победу ждет награда.
Хлынут поздравленья валом.
Этот спорт зовется..... *(Слалом)*
18. Этот спорт известен всем,
Интересен он уж тем,
Что на льду людей толпа,
Шайба же на всех одна. *(Хоккей)*
19. Быстро разбегаются,
В бобе помещаются,
По ледовой трассе с горки,
Мчатся двойки и четверки. *(Бобслей)*
20. Удачный пас – в ворота гол!
Как называется игра? *(Футбол)*
21. Не легко её добыть,
Надо храбрым в схватке быть.
Только тем она даётся,
До последнего кто бьётся. *(Победа)*

4. «Кёрлинг».

Ведущий: На площадке ледяной
Игроки метут метлой
И по льду гоняют камень.
Что за спорт здесь перед нами? (Керлинг)

Перед детьми на расстоянии 3–4 метра ставятся по одной дуге, за дугой стоит капитан команды. Каждый участник команды по два раза прокатывает мяч вперед, пытаясь попасть мячом в ворота. Капитан обратно возвращает мяч в команду. Итог подводится по наибольшему результату попаданий в ворота.

Ведущий: Молодцы наши команды! А сейчас небольшой перерыв для команд. А на площадку я вызываю трёх ребят, которые смогут показать нам, как надо скакать на скакалке. Мы с помощью нашего жюри выберем из вас лучшего.

5. «Конкурс капитанов».

Ведущий. Этот конкурс капитанов
Вожаков и атаманов.
Наступил их звёздный час,
Так поддержим их сейчас!

Упражнения для капитанов. В качестве средств передвижения предлагаются лыжи. По сигналу капитаны оббегают на лыжах ориентир, добегают до огневого рубежа и из положения стоя метают три мяча в корзину. Потом оббегают опять ориентир, добегают до огневого рубежа и из положения, стоя на одном колене метают три мяча в корзину. После чего возвращаются в команду.

Ведущий: Молодцы наши команды! А сейчас небольшой перерыв для команд. А на площадку я вызываю трёх ребят, которые самые-самые быстрые. Мы с помощью нашего жюри выберем из вас лучшего (челночный бег на 5–6 этапов).

6. «Бобслей».

Ведущий: Вопрос нелёгкий у меня,
Как это называют,
Когда спортсмены на санях
По жёлобу катаются? (Бобслей).

Участники команд делятся парами.

ЗАКРЫТИЕ МАЛЫХ ОЛИМПИЙСКИХ ИГР

Дети, одетые в спортивную форму (каждая команда со своей эмблемой на груди), под звуки марша проходят на площадку в колонне по одному. Каждая команда следует за своим воспитателем, который несет свою эмблему большого размера.

Колонны проходят на площадку, перестраиваются в колонну по два. Проходят спортивным шагом по залу, снова расходятся на две колонны и перестраиваются, встают каждый на свое место.

Ребенок: Спорт – это жизнь, это радость, здоровье,
Разнообразные игры с друзьями.
Спорт – и работа до изнеможенья,
И тренировки, чтоб все проиграли.
Многие годы без отдыха были:
И уставал ты, и падал вдруг вниз,
Но достиженья тебя поднимали.
Нередко за это давали и приз!
Вон стадион – рукоплещут трибуны!
Море вокруг разноцветных огней!

Перед тобой беговая дорожка...
Себе говоришь ты: «Быстрее, быстрее!»
Ты победил, ты – герой на сегодня.
Хвалебные песни повсюду звучат.
Люди чужие тебя поздравляют,
И про победу все говорят.

Ведущий: И настал у нас сейчас
Самый долгожданный час.
Если все уже готово
Пусть жюри замолвит слово!

Главный судья: Очень долго мы гадали
Самых лучших выбирали.
Но не знали, как нам быть
Как ребят нам наградить?
Все вы были молодцами
И отважны, и честны,
Этот смел, а тот удал,
Этот силу показал.
Для спортсменов в этом зале
Кто сегодня выступал
Олимпийские медали,
Олимпийский пьедестал!

Главный судья награждает сначала болельщиков по результатам мини-игр, начиная с третьего места. Потом уже награждаются команды, начиная с третьего места, вручаются медали, кубки, ценные призы.

Ведущий. Команды, равняйся, смирно. Малые Олимпийские игры разрешаю считать закрытыми!

Ведущий: Вот и всё!
И закончился праздник,
Отзвенел, отыграл, отшумел...
Нам узнать помогла
Эта встреча то, что про Олимпиаду
Узнать ты успел.
Пусть кому-то покажется мало,
И не так уж огромен размах.
В каждом деле ведь важно начало.
Первый год, первый раз, первый шаг.

Дети в хорошем настроении, бодрые и весёлые, уходят из зала под музыку.