

Конспект физкультурно-оздоровительного досуга с использованием здоровьесберегающих технологий «Малая Олимпиада» для детей среднего возраста

Цель: приобщение воспитанников к традициям большого спорта.

Задачи:

Познавательная - пропагандировать значимость физической культуры и спорта, в том числе Олимпийского движения; развивать интерес к ним, систематизировать представления детей о зимних видах спорта.

Образовательная - формировать у детей первоначальные представления об Олимпийских играх.

Игровая - укреплять здоровье детей; создавать радостное настроение и положительно эмоциональный настрой у детей в ходе спортивного мероприятия, развивать быстроту, ловкость, силу, точность, выносливость посредством командных эстафет, игр.

Предварительная работа:

Беседа об истории олимпийского движения, рассматривание иллюстраций, показ слайдов, разучивание стихов, изготовление олимпийского флага. Разучивание названий команд, изготовление эмблем.

Оборудование:

Флаг олимпийских игр, флаг РФ, макет олимпийского огня, сигнальные конусы, резиновые мячи, корзины, записи музыкального сопровождения, канат, обручи, медали.

Участники:

Дети средней группы №1 «Капелька» МБДОУ д/сад №37 г. Иркутска, судейская коллегия (заведующая МБДОУ, старшие воспитатели).

Звучит песня из мультфильма «Салют, Олимпиада».

Ход занятия:

Ведущий: - Добрый день, дорогие ребята!

Добрый день, уважаемые гости!

Над землёю закружила

Вновь зима свой хоровод.

Пусть здоровье, радость, силу

Зимний спорт нам принесёт.

- За окном снег, мороз, а у нас в зале уютно и тепло от дружеских улыбок и праздничного настроения.

- Олимпийские игры! Что это такое?

Дети: - Это соревнование лучших спортсменов всего мира.

Ведущий: - Какие зимние виды спорта вы знаете?

Дети: Биатлон, фигурное катание, кёрлинг, скелетон.

Ведущий: - Назовите, пожалуйста, символ Олимпийских игр, который горит все дни Олимпиады?

Дети: Олимпийский огонь.

Звучит фонограмма песни «Реет в вышине и зовёт Олимпийский огонь золотой...» и воспитатель обращает внимание детей на «факел».

Ведущий: - Солнце землю осыпает

Золотым дождём.

Мы огонь Олимпиады,

В зале вновь зажжём!

Ведущий: - Какие ещё вы знаете символы Олимпийских игр?

Дети: Флаг.

Ведущий: - Правильно, ребята. *(Воспитатель обращает внимание детей на флаг.)*

Ведущий: - Сколько колец у олимпийского флага?

Дети: Пять.

Ведущий: - Пять колец, пять кругов

Знак пяти материков.

Знак, который означает

То, что спорт наш общий друг

Все народы приглашает,

Во всемирный – мирный круг. *В. Марахин.*

Ведущий: - А кто мне скажет, какие талисманы у зимних Олимпийских игр, которые проходили в г. Сочи?

Дети: Белый медведь, Зайка и Леопард. (Показ слайда или картинки.)

Ведущий: - Талисманы игр спортивных

Олимпийцев берегут.

Блеск наград –

У самых сильных

Победителям – салют. *Н. Бедная.*

Ведущий: - Ребята, а вы хотели бы принять участие в Олимпийских играх?

Дети: Да!

Ведущий: - А что нужно для этого делать? *(Ответы детей.)*

Ведущий: - Правильно, делать зарядку, тренироваться, укреплять своё здоровье - всё это поможет стать вам Олимпийскими чемпионами!

- Проводим праздник спорта

Мы в честь Олимпиады

Здоровье, силу укрепляем

И спорту очень рады.

Ну-ка дружно, детвора,

Крикнем все: «Физкульт-ура!»

Ребенок: - Мы тоже очень рады,

Здравствуй, Олимпиада!

Стать чемпионом – сложно

Но постараться можно!

Мы сил не пожалеем,

Покажем, что умеем!

Ведущий: - Сегодня мы проведём свою Малую Олимпиаду!

Сочи - зимняя игра,

Олимпийская пора!

С командами «Заек» и «Мишек»,

Выступим мы на отлично! Поприветствуйте друг друга! *(Дети машут руками.)*

Ведущий: - Команды есть – они готовы,

Следить за честностью игры

Будет уважаемое жюри.

Главный судья – заведующая детским садом.

Судьи – наши методисты.

- А теперь прошу внимания.

Начинаем Олимпийские соревнования!

Желаю быть честными, смелыми,

Достойными и умелыми.

Состязание, ребятки,

Мы начнем сейчас с зарядки!

Дети делают зарядку (*ходьба на месте, руки на поясе*)

Кто вприскок (*прыжок вверх*)

Кто вприсядку (*присесть, руки вперед*)

Кто-то плечи поднимает, (*вставая, поднять плечи*)

Кто-то плечи опускает. (*опустить плечи*)

Сделаем руками взмах (*руки в стороны*)

Вправо мах и влево мах (*маховые движения ногами вправо и влево*)

Полуприсед (*полуприсед руки на пояс*)

Присед (*присед*)

Наклон (*наклон вперед руки в стороны*)

Всем спортсменам

Шлём поклон (*подняться на носки, руки вверх, наклон вперед с касанием руками пола*)

Ведущий: - А сейчас первое наше состязание, позволит определить какие вы быстрые.

Ребенок:

Эстафетой мы проносим

Олимпийский наш огонь.

Пусть несет победу миру

олимпиец молодой.

Эстафета «Передай Олимпийский огонь»

Проводится эстафета – каждый член команды с «факелом» обегает стойку и передает «факел» другому. Побеждает команда быстрее выполнившая задание.

«Саный спорт»

Ведущий: - Сядем в сани мы и в путь, никуда здесь не свернуть! *(нужно прокатить игрушку на ледянке и не уронить).*

Эстафета «Хоккеисты» *(дети с помощью клюшки обводят шайбу между предметами).*

Ведущий: - А теперь для вас, ребятки, олимпийские загадки. Кто отгадает больше загадок, тот и побеждает в этом конкурсе.

Конкурс «Загадки» *(4 загадки для каждой команды.)*

1. Во дворе с утра игра, разыгралась детвора.

Крики: «шайбу! », «мимо! », «бей! » -

Значит там игра — ... *(Хоккей)*

2. Две полоски на снегу оставляет на бегу.

Я лечу от них стрелой, а они опять за мной. *(Лыжи)*

3. Дождались зимы друзья; по реке бегут, скользя.

Лед срезают, как ножи, выполняя виражи. *(Коньки)*

4. За веревочку коня в горку я тащу.

Ну а с горки быстро я, на коне лечу! *(Санки)*

5. Этой палкой бей смелее, чтоб удар был как из пушки,

Эта палка для хоккея, и она зовется... *(Клюшка)*

6. Михаил играл в футбол и забил в ворота ... *(Гол)*

7. Шишку тот себе набьёт, кто вдруг шлёпнется на ... *(Лед)*

8. Всё лето стояли, зимы ожидали.

Дождались поры – помчались с горы. *(Санки)*

Ведущий: - Приглашаю команды на следующую эстафету.

Эстафета «Быстрые зайки»

Дети строятся в две колонны за линиями старта. Перед ними стоят кегли (4 штуки), а после пирамидок лежат обручи (2 шт.). По сигналу воспитателя, участник каждой команды «змейкой» оббегают пирамидки, а затем на двух ногах прыгают из обруча в обруч. Выпрыгнув из последнего обруча, участник разворачивается и возвращается бегом к своей команде, передает эстафету следующим игрокам. Остальные игроки повторяют те же действия.

Ведущий: - Какие наши спортсмены ловкие, молодцы!

Эстафета «Проворные Медвежата»

Дети, зажав мячи между коленями, прыгают до ориентиров, огибаяют их и возвращаются назад. Остальные игроки повторяют те же действия.

Ведущий: - Молодцы, ребята! Справились с заданием очень хорошо! А нас ждет следующая эстафета.

Игра «Перетягивание каната». (Под песню «Давай, Россия»)

Игра - эстафета «Меткие Леопарды»

Дети бросают мешочки с песком в обруч. Выигрывает команда с наибольшим количеством попаданий.

Ведущий: - Судьи готовы? Вам представляется слово!

Судья: - Очень долго мы гадали
Самых лучших выбирали
Но не знали, как нам быть
Как ребят нам наградить?
Этот смел, а этот удал
Этот силу показал
И поэтому по чести
Наградить решили всех вас вместе.

*Дети:- Ура! И у нашего детсада
Есть своя Олимпиада!*

Ведущий: - Все, ребята, молодцы,

Очень постарались!

Честно и отважно,

Все соревновались!

Ничего вы не боитесь!

И за это вас, ребята,

Ждет спортивная награда. *(Дети награждаются шоколадными медалями.)*

Ведущий:

Мы надеемся, что праздник

Никого не огорчил.

Все соревновались, все старались

Все вложили много сил.

Всем спасибо за внимание.

- Наша «Малая Олимпиада» закончена, и я вам предлагаю посмотреть мультфильмы про талисманы Сочинской олимпиады: Мишку, Зайку и Леопарда.