

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА КЕРЧИ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
«ДЕТСКИЙ САД № 60 «РАДУГА»

КОНСПЕКТ

ФИЗКУЛЬТУРНОГО ПРАЗДНИКА

В РАМКАХ ГОРОДСКОГО ФЕСТИВАЛЯ
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫХ ПРАЗДНИКОВ
«ВЕСЁЛЫЕ СТАРТЫ»

"РУССКИЕ БОГАТЫРИ"

Инструктор по физической культуре
Бордиян Ольга Леонидовна
(педстаж 11 лет, в должности 7 лет,
соответствует занимаемой должности)



г. Керчь
2022

Цель: сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста, привлечение их к систематическим занятиям физкультурой и спортом, используя игровые (*тимбилдинг*) и здоровьесберегающие технологии, формирование интереса к физической культуре через традиции национальной культуры в процессе знакомства с качествами былинных героев – богатырей.

Задачи:

Оздоровительные:

- Развивать все группы мышц, совершенствовать их двигательных навыков
- Совершенствовать деятельность дыхательной и сердечно-сосудистой системы
- Развивать физические качества: силу, ловкость, быстроту, гибкость, равновесие, крупную моторику

Образовательные:

- Вызывать интерес к занятиям физкультурой и спортом.
- Развивать мышление, память и воображение.
- Формировать чувство причастности истории Родины через знакомство с народными былинными героями.
- Закреплять представление о героическом прошлом великих русских богатырей - защитников земли русской.

Воспитательные:

- Формировать потребность в выполнении физических упражнений.
- Воспитывать в процессе соревновательной деятельности волевые качества: решительность, смелость, выдержку как качества благородного, мужественного и смелого человека готового прийти на помощь.
- Формировать положительные черты характера, таких как самостоятельность, творчество, взаимопомощь.

Интеграция образовательных областей:

«Социально-коммуникативное развитие»: развитие эмоциональной отзывчивости, сопереживания, уважительного и доброжелательного отношения к окружающим; способствовать формированию личности ребенка, продолжать воспитывать чувство собственного достоинства, уверенность в своих силах и возможностях.

«Познавательное развитие»: формирование знаний об условиях жизни былинных героев, о физических, моральных, духовных качествах присущих богатырям.

«Речевое развитие»: обогащение словаря и активизация в речи новых слов связанных с жизнью былинных героев.

«Художественно-эстетическое развитие»: знакомство с творчеством художника В.М. Васнецова, формирование эстетических качеств и чувств по отношению к художественным произведениям.

«Физическое развитие»: Формирование у старших дошкольников начальных представлений о здоровом образе жизни, потребности в двигательной активности. Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей. Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

Оборудование:

- проектор и экран
- запись песен
- камень
- меч, шлем, щит

Спортивное оборудование и физкультурный инвентарь:

- ⚙ Гимнастические палки – 3 шт.
- ⚙ Гантели – 6 шт.
- ⚙ Скакалки – 3 шт.
- ⚙ Мячи – 3 шт.
- ⚙ Гимнастическая скамейка – 2 шт.
- ⚙ Конусы – 2 шт.
- ⚙ Фитбол – 2 шт.
- ⚙ Канат – 1 шт.

Предварительная работа:

Рассматривание картины В.М. Васнецова «Богатыри». Беседа о здоровом образе жизни, просмотр презентаций и видеофильмов о здоровом образе жизни, разработка цикла консультаций для родителей по формированию у детей знаний, умений и навыков здорового образа жизни, проведение закаляющих и здоровье укрепляющих мероприятий. Разучивание комплекса ОРУ с гантелями, подвижных игр, беседы и просмотр мультфильмов, иллюстраций о взаимовыручке и взаимопомощи.

Словарная работа: богатырское снаряжение, богатырская сила, шлем, щит, меч

Перед детьми экран с заставкой «электронной почты»

Инструктор: - Ребята, я сегодня на электронную почту получила письмо из далекой старины, давайте мы его откроем и посмотрим? Вам интересно?

На экране появляются изображения щита, шлема, меча



Инструктор: - А вы знаете, что это такое? Кому принадлежат эти предметы?

Ответы детей.

Инструктор: - Правильно, это - снаряжение богатырей. А кто такие богатыри? Каких богатырей вы знаете?

Ответы детей.



Инструктор: - Наша Родина велика и необъятна, есть у нас и горы, и реки, и поля, и леса. Но славна Русь не только своими просторами, но и людьми отважными, умными и сильными духом.

Богатыри - это люди защищавшие нашу Родину от врагов в древности. Они смелые, сильные, отважные, бесстрашные и много подвигов совершили.

Помехи на экране и появляется Змей Горыныч.

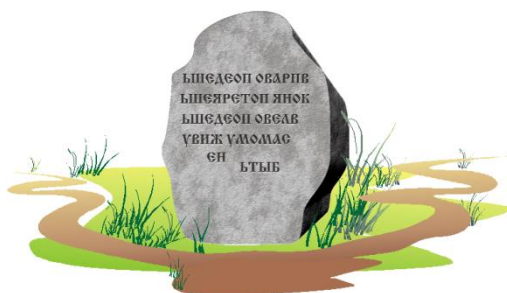


Змей Горыныч: - Ага, кто смелый? кто сильный? (смех). Нет теперь у вас богатырских доспехов, и как вы докажете, что вы сильные и бесстрашные? (Смех)

Инструктор: - Ребята, нам нужно собраться в нелегкий и опасный путь, где нас будут ждать необычные приключения. Я знаю, вы смелые и дружные и это нам поможет преодолеть все преграды. Готовы?

*Дети идут в зал под муз А.Пахмутовой «Богатырская наша сила»,
подходят к «камню» с указателем*

Инструктор: - Ребята, как в сказках, на нашем пути встретился волшебный камень и на нем написано, куда идти и какие приключения нас ждут. Давайте прочтем, что написано на указателях.



«Направо пойдешь – силу обретешь!»

Инструктор: Сила нам обязательно понадобится. Слушай мою команду: Направо! Раз, два!

Дети идут по залу и выполняют перестроения по схеме на экране.

1. Построение в одну шеренгу.

Инструктор: «В одну шеренгу – становись!»

2. Перестроение из одной шеренги в две.

Инструктор: «На первый и второй рассчитайся! В две шеренги стройся!»

3. Построение в круг.

Инструктор: «В круг – становись!»

4. Перестроение из одного круга в два.

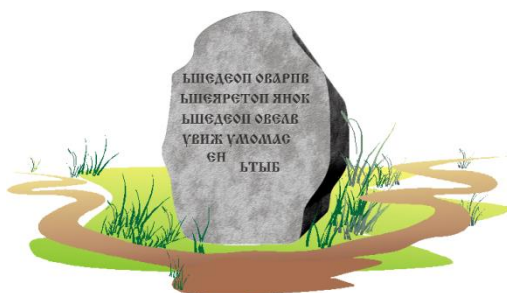
Инструктор: - На первый и второй рассчитайся! Направо, за ведущим шагом марш! Через центр зала марш! В круг по одному направо и налево в обход – марш!

Инструктор: - Молодцы, ребята, справились с заданием, и нашли первый доспех - шлем богатыря.



Инструктор: вернемся к камню и посмотрим, куда же мы должны отправиться дальше.

Дети отправляются к «камню» с указателем под музыку А. Пахмутовой «Богатырская наша сила».



«Налево пойдешь – здоровье обретишь!»

На пути встречаются Змея Горыныча.

Змей Горыныч (первая голова): - Ой-ой-ой, как мне плохо, сил нет, живот болит. И съел-то совсем ничего: жаренную утку, жаренного гуся, да жаренную курочку... Запил газировочкой, заел тортиками... Вот и всё!

Инструктор: - Змей Горыныч, а ты не подумал, что кроме того, что ты ешь вредную пищу, так еще и тремя головами! Какой желудок это выдержит? Не бережешь ты свое здоровье. Ведешь нездоровый образ жизни. Мы с ребятами расскажем тебе, как нужно себя вести и что нужно делать, чтобы быть здоровым.

Викторина «В здоровом теле – здоровый дух».



Змей Горыныч (вторая голова): - А я очень ленивый, ничего не люблю делать, зато очень люблю смотреть телевизор и играть в компьютерные игры.

Инструктор: А ты, Горыныч, хочешь с нами выполнить упражнения? Будешь выполнять зарядку каждый день и будешь сильным и здоровым.

Комплекс ОРУ выполняют под музыку С. Намина «Богатырская сила»
(дети выполняют по три человека с разными атрибутами)

-И.п: стоя, ноги на ширине плеч, гимнастическая палка в руках, опущена вниз.

- 1.Поднять гимнастическую палку вверх.
- 2.Опустить гимнастическую палку на плечи.
- 3.Поднять гимнастическую палку вверх.
- 4.Вернуться в и.п.(5-6 раз)

- И.п: стоя, ноги на ширине плеч, руки с гимнастической палкой впереди.

1. Поворот вправо.
- 2.И.п.
- 3.Поворот влево.
- 4.И.п.(5-6раз)

- И.п.- стоя, ноги на ширине плеч, руки с гантелями опущены.

- 1.Наклон, гантели перед собой.
- 2.И.п.
- 3.Наклон, гантели перед собой.
- 4.И.п.(5-6раз)

- И.п.- стоя гантели перед грудью.

1. Приседаем, гантели выносим вперед.
- 2.И.п.
3. Приседаем, гантели выносим вперед.
- 4.И.п.(5-6раз)

- И.п.- сидя на полу, ноги врозь.

- 1.Мяч в обеих руках опущен, тянемся мячом к правой ноге.
- 2.И.п.
- 3.Тянемся мячом к левой ноге.
- 4.И.п.(5-6раз)

- И.п.- лежа на полу, мяч в обеих руках опущен.

- 1.Мяч над головой, велосипед.
- 2.И.п.
3. Мяч над головой, велосипед.
- 4.И.п.(20сек)

-Прыжки на скакалке.(20сек)

Инструктор: - Молодцы, ребята, справились с заданием, и нашли первый доспех - щит богатыря.



Змей Горыныч (третья голова): - Как интересно с вами заниматься, всё у вас получается так легко и слажено. А я иной раз и со своими головами не могу договориться.

Инструктор: - Это потому что нам помогает дружба! Змей Горыныч, приглашаем тебя с нами в путь к волшебному камню выполнять следующие задания.



«Прямо пойдешь – Родину спасешь и друзей обретешь»

Инструктор: наши физические качества и сплоченность мы покажем в интересных играх.

Проводятся игры-эстафеты и игры-тимбилдинг.

Игра-эстафета «Быстрый всадник»

Цель: развитие быстроты реакции, быстроты передвижения, внимания, координации движений.

Ход игры:

У стартовой линии все играющие строятся в две колонны. По команде первые начинают передвигаться вперед, прыгая на фитболе. Допрыгивают до конуса, возвращаются назад и передают фитбол его следующему в команде. Выигрывает команда, финишировавшая первой.



Игра-тимбилдинг «Богатырская сила»

Цель: развитие силы и выносливости; воспитание навыка коллективных взаимодействий в соревновательной обстановке.

Ход игры:

Играющие делятся на две команды, равные по количеству и по силам. Каждая команда берет в руки свою половину каната так, чтобы игроки были через одного с одной и с другой стороны каната. По команде играющие поднимают канат с земли, а по свистку команды начинают тянуть канат, каждая в свою сторону. Когда середина каната будет перетянута за контрольную линию одной из команд, ведущий останавливает играющих. Команда, перетянувшая за эту линию команду соперников, объявляется победительницей. Играют несколько раз. Побеждает команда, которая смогла большее количество раз перетянуть канат на свою сторону.



Игра-тимбилдинг «Полоса препятствий»

Цель: развитие физических качеств координации, равновесия, выносливости, интерес к спортивным играм – соревнованиям; воспитывать чувства коллективизма и взаимопомощи.

Ход игры:

Дети строятся в две команды. По сигналу инструктора, дети поднимаются на гимнастическую скамью, поворачиваются к друг другу лицом, кладут руки друг другу на плечи и приставным шагом двигаются до конца скамьи, прыгивают и выполняют прыжки на одной ноге из обруча в обруч, оббегают конус и возвращаются к своей команде передают эстафету. Побеждает та команда которая, которая смогла выполнить задание быстрее.



Игра – эстафета «Богатырский щит»

Цель: развитие качеств координации, равновесия, выносливости, быстроты, глазомер; продолжать учить действовать в команде, действовать сообща в команде.

Ход игры:

Дети строятся в две команды, в руках держат щит и воздушный шар. По сигналу дети быстрым шагом идут к конусу, отбивая щитом воздушный шар, обходят конус и возвращаются к своей команде и передают эстафету следующему. Побеждает та команда которая, которая смогла выполнить задание быстрее.



Игра-тимбилдинг « Помоги другу»

Цель: продолжать учить действовать в команде, действовать сообща в команде; Развивать интерес к спортивным играм – соревнованиям; воспитывать чувства коллективизма и взаимопомощи; развитие силы, выносливости и координации.

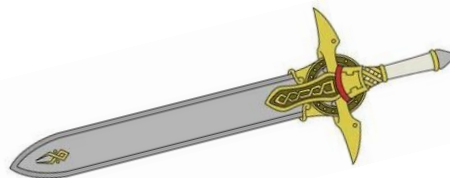
Ход игры:

Дети строятся в две команды парами. Ноги связаны и взявшись за руки, идут парами к конусу, помогая друг другу в ходьбе и согласовывая свои движения, обходят конус и возвращаются к команде и передают эстафету следующей паре.



Змей Горыныч: - Спасибо ребята вам, я понял, что был не прав: только соблюдая режим дня, занимаясь физкультурой, зарядкой, можно быть счастливым и веселым. А, имея столько друзей, можно преодолеть все трудности и добиться поставленной цели.

Появляется третий доспех - меч



Инструктор: - Спасибо, Змей Горыныч, что в нашем нелегком путешествии оказался нам другом. В память о нашей дружбе прими богатырские доспехи и будь на страже нашей Родины!

Дети вручают Змею Горынычу богатырские доспехи