

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

КОНСПЕКТ

ФИЗКУЛЬТУРНОГО РАЗВЛЕЧЕНИЯ

(с использованием игровых и физкультурно-оздоровительных технологий)

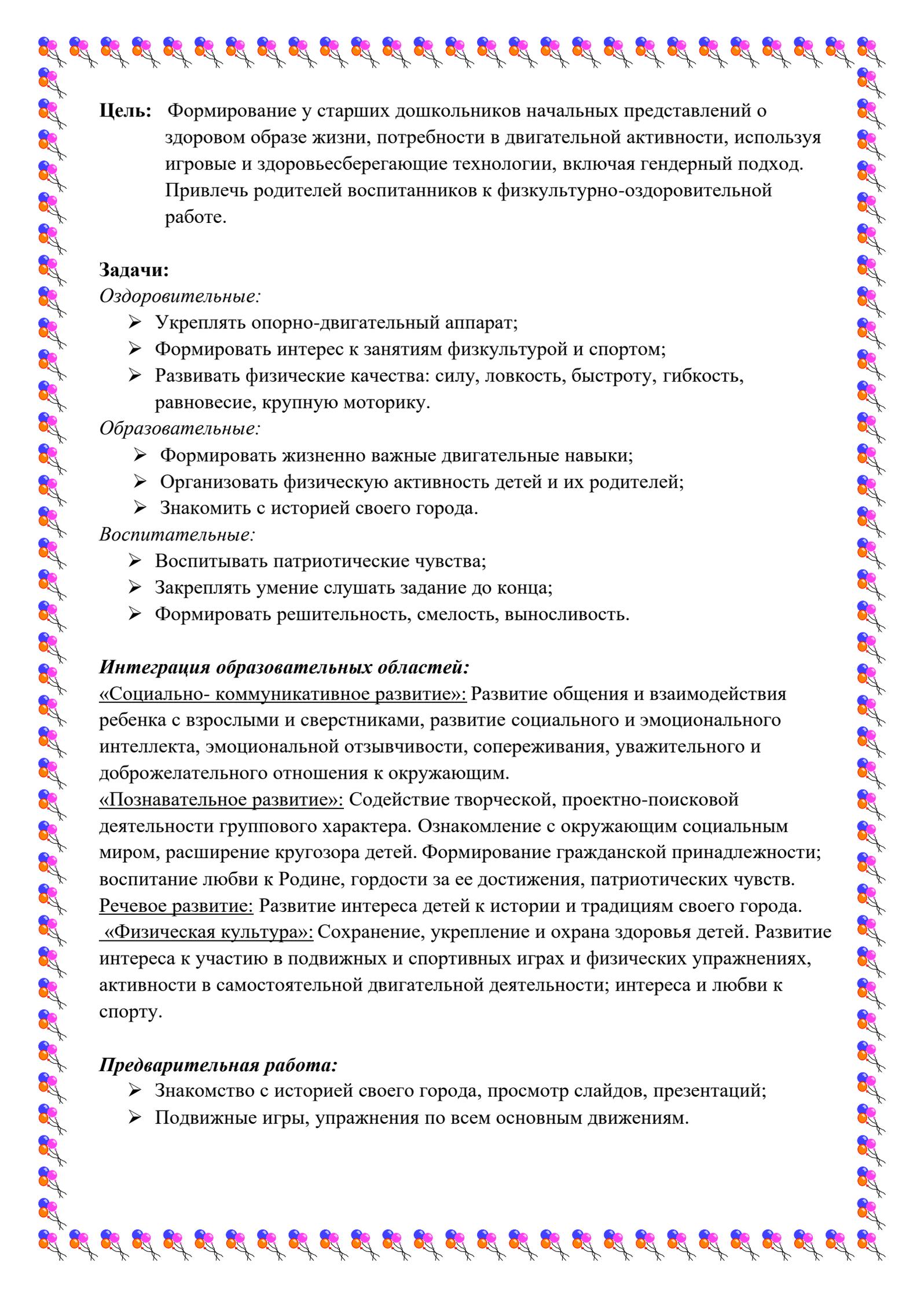
В РАМКАХ КОНКУРСА ДЛЯ ВОСПИТАННИКОВ ДОШКОЛЬНЫХ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
«Школа здоровья для маленьких крымчан»

"Керчь - город будущих олимпийцев"

Инструктор по физической культуре
Бордиян О.Л. (педстаж 11 лет,
соответствует занимаемой должности)



г. Керчь
2023



Цель: Формирование у старших дошкольников начальных представлений о здоровом образе жизни, потребности в двигательной активности, используя игровые и здоровьесберегающие технологии, включая гендерный подход. Привлечь родителей воспитанников к физкультурно-оздоровительной работе.

Задачи:

Оздоровительные:

- Укреплять опорно-двигательный аппарат;
- Формировать интерес к занятиям физкультурой и спортом;
- Развивать физические качества: силу, ловкость, быстроту, гибкость, равновесие, крупную моторику.

Образовательные:

- Формировать жизненно важные двигательные навыки;
- Организовать физическую активность детей и их родителей;
- Знакомить с историей своего города.

Воспитательные:

- Воспитывать патриотические чувства;
- Закреплять умение слушать задание до конца;
- Формировать решительность, смелость, выносливость.

Интеграция образовательных областей:

«Социально- коммуникативное развитие»: Развитие общения и взаимодействия ребенка с взрослыми и сверстниками, развитие социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости, сопереживания, уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.

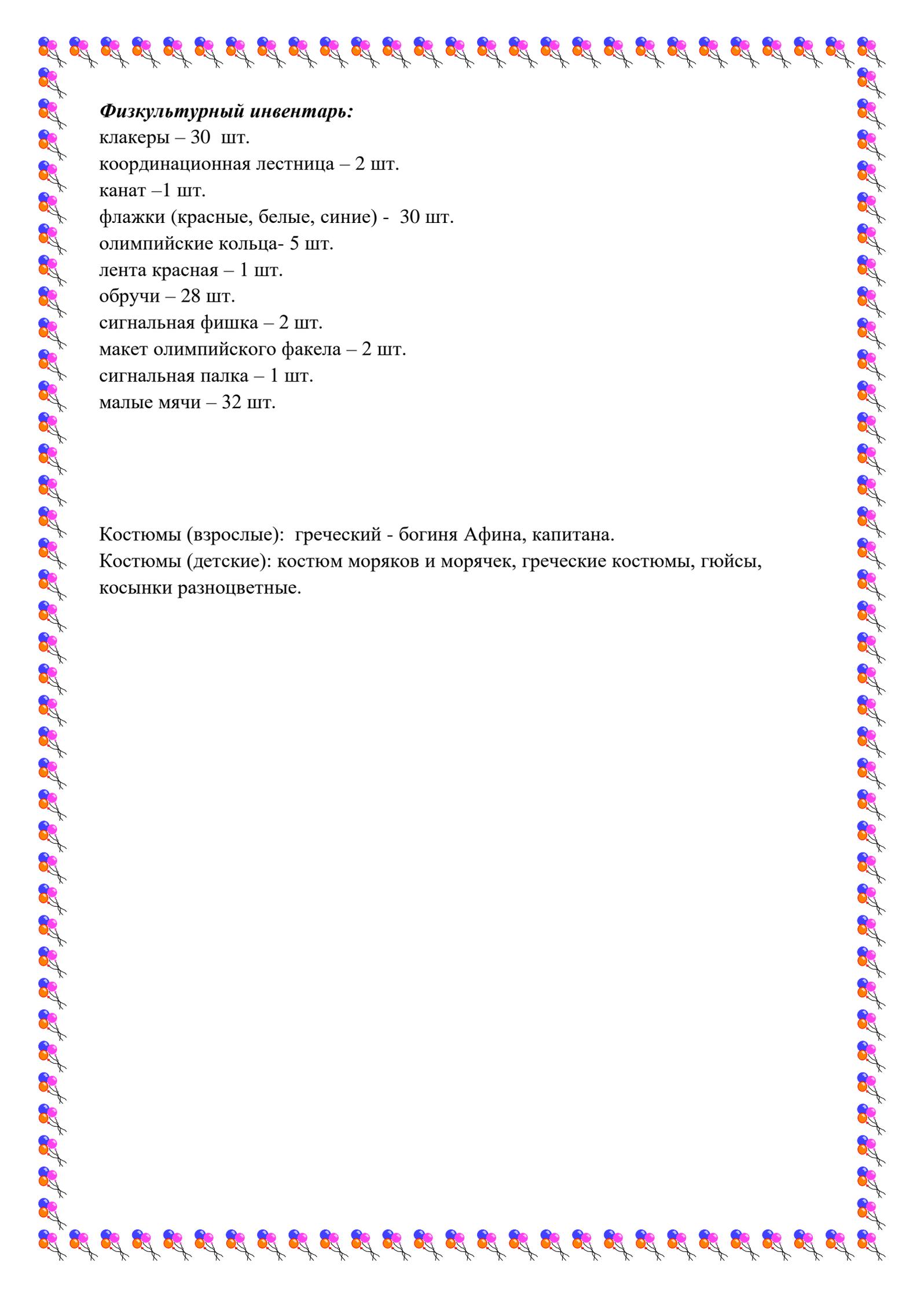
«Познавательное развитие»: Содействие творческой, проектно-поисковой деятельности группового характера. Ознакомление с окружающим социальным миром, расширение кругозора детей. Формирование гражданской принадлежности; воспитание любви к Родине, гордости за ее достижения, патриотических чувств.

Речевое развитие: Развитие интереса детей к истории и традициям своего города.

«Физическая культура»: 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.

Предварительная работа:

- Знакомство с историей своего города, просмотр слайдов, презентаций;
- Подвижные игры, упражнения по всем основным движениям.



Физкультурный инвентарь:

клакеры – 30 шт.

координационная лестница – 2 шт.

канат – 1 шт.

флажки (красные, белые, синие) - 30 шт.

олимпийские кольца- 5 шт.

лента красная – 1 шт.

обручи – 28 шт.

сигнальная фишка – 2 шт.

макет олимпийского факела – 2 шт.

сигнальная палка – 1 шт.

малые мячи – 32 шт.

Костюмы (взрослые): греческий - богиня Афина, капитана.

Костюмы (детские): костюм моряков и морячек, греческие костюмы, гюйсы, косынки разноцветные.

ХОД:

Инструктор: Доброе утро, дорогие ребята и уважаемые родители! Приветствуем вас на конкурсе для воспитанников дошкольных образовательных учреждений Республики Крым «Школа здоровья маленьких Крымчан!». Сегодня нам предстоит показать свою силу, выносливость, ловкость и смекалку, а поможет нам в этом, путешествие по нашему прекрасному городу - герою Керчь. Сегодня мы с вами увидим, насколько наш город «спортивный», может ли он подготовить будущих олимпийцев.

В Школу здоровья приглашаем ребят.
Тех, кто силу и ловкость проверить хотят.
Возьмите, ребята, в эту школу друзей –
С ними достигните целей быстрее.

А цели большие перед нами стоят –
Юными олимпийцами все стать хотят.
Где спортом заняться в городе нашем?
Ребята с родителями сейчас вам покажут.

Локация № 1

СТАДИОН



Центр спортивной жизни города – СТАДИОН.
Как чудесно за год преобразился он.
Легкая атлетика, фитнес и футбол
Ждет юных спортсменов Олимпийский огонь.

На разминку всей семьей быстро становитесь –
И своей энергией с соседом поделитесь.
А теперь по городу пробежку начинаем,
Побегаем, попрыгаем и в игры поиграем.

Инструктор: Приглашаю всех на зарядку. Равняйся, смирно, на зарядку становись!



«Родина моя» (сл. Р. Рождественский, муз. Д. Тухманов)
в исполнении группы «Непоседы»

ОРУ с флажками (выполняют родители с детьми)

1. «Потянись». И.п.- о.с., ноги вместе, руки внизу.
1-шаг правой вперед, руки вверх 2-и.п. 3-шаг левой вперед, 4-и.п.
Повторить 4 раза.
2. «Разомнись». И.п. – о.с. 1-руки в стороны, 2-руки вверх, правую ногу отставляем в сторону, 3- руки в стороны, приставляем правую ногу, 4- И.п. 5- руки в стороны, 6- руки вверх, отставляем левую ногу в сторону, 7- руки в стороны, ногу приставили, 8-и.п. Повторить 2 раза.
3. «Наклонись». И.п.- широкая стойка, руки к плечам.
1-наклон прогнувшись, руки вытянули вперед, помахали флажками, 2-и.п.
Повторить 8 раз.

4. «Сесть – встать». И.п. – о.с., руки внизу.

1-полуприсед, правая рука вытянута вперед, левая назад 2-и.п.,

3-полу присед, левая рука вытянута вперед, правая назад.4-и.п.

Повторить 4 раза.

5. «Прыжки». И.п. – о.с, руки согнуты в локтях у груди; Прыжки на месте, ноги слегка сгибаем в коленях, руки попеременно вверх- вниз.

6. Дыхательные упражнения. И.п. – широкая стойка, руки внизу.

1-руки через стороны вверх, вдох. 2- руки через стороны вниз, выдох.

Повторить 4 раза.

Инструктор: С разминкой вы справились, вручаю Вам «олимпийское кольцо» и теперь с радостью отправляю вас на старт, где ждут вас интересные спортивные игры и соревнования. Команда вы готовы? На старт, внимание, марш! (*Родители с детьми выполняют забег*).

Локация № 2

ГРЕЧЕСКАЯ КОЛОННАДА



Как настоящими олимпийцами стать,
БОГИНЯ АФИНА нам может рассказать...
Легенды и мифы, игры и танцы –
Покажут нам силу великих спартанцев.

В подвижные игры мы любим играть,
В них можем мы ловкость свою показать.
«Ивол», «Пинакоты», «Семь камешков», «Котч» –
Целыми днями играть мы не прочь.

У Колоннады команду встречает греческая Богиня Афина.

Богиня Афина: Здравствуйте, дорогие друзья и гости!

Я, Богиня Афина - покровительница спортивных игр, рада всех приветствовать на нашем мероприятии. А знаете ли вы ребята, что наш город один из самых древних городов? Переселенцы из Древней Греции, основали греческий город Пантикапей. А Древняя Греция является родиной Олимпийских игр. На играх зажигали факел с огнем, который передавали друг другу. И я приглашаю вас провести состязание по передаче «олимпийского огня».

*Ну, команды смелые,
Дружные, умелые,
На площадку выходите,
Силу, ловкость покажите!*

Родители и дети выстраиваются в две команды.

1. Игра эстафета «Олимпийский факел»

Цель: развивать ловкость, быстроту движений, внимание, закреплять умение действовать по сигналу.

Ход игры:

Родители и дети выстраиваются в две команды в шеренгу (команды выстраиваются лицом друг к другу). В начале и конце шеренги лежат обручи, в первом обруче малые мячи. По команде: «Олимпийский огонь передай!» первый игрок берет малый мяч, кладет его на «факел» и передает через всю команду последнему игроку, последний игрок кладет мяч в обруч и с пустым факелом перебегает в начало шеренги.

Побеждает команда, которая быстрее всех «передает все огоньки».

Богиня Афина: В Древней Греции, что бы узнать, кто самый быстрый, проводились гонки на конных колесницах.

2. Игра эстафета «Заезд колесниц»

Цель: развивать умение выполнять движение по сигналу, формировать умение соревновательной деятельности, развивать увертливость, скорость.

Ход игры:

Экипаж колесницы – родитель и ребенок, находясь в большом обруче по парам, должны добежать до конуса, вернуться в команду и передать обруч следующей паре. Побеждает команда быстрее справившаяся с заданием.

Богиня Афина: Вы показали, какими быстрыми можете быть, а теперь проверим ваши знания.

3. Малоподвижная игра «Греческие фигуры»

Цель: развивать внимание, мышление, память, сообразительность, закрепить знание детей о видах спорта в Древней Греции, воспитывать интерес к здоровому образу жизни.

Ход игры:

Дети бегают в рассыпную под музыку, как только музыка останавливается, инструктор показывает на карточке спортивный инвентарь, относящийся к определенному виду спорта (копье, боксерская перчатка, мяч и т.д.). Участники должны показать «вид спорта» - принять определенную «спортивную» позу. Инструктор отмечает тех, кто лучше показал фигуру.

Богиня Афина: Наши атлеты сильные, смелые, ловкие, выносливые, и вам предстоят новые интересные испытания, и я уверена, что вы с ними справитесь. Всем участникам желаю удачи и побед!

Афина вручает ребятам «олимпийское кольцо».

Локация № 3

МОРСКОЙ ВОКЗАЛ



У города нашего **СЛАВНАЯ ИСТОРИЯ!**
Чтоб защитить его, всегда нужны герои...
Сильные и ловкие, быстрые и смелые –
Именно такими стать и мы хотели бы...

Как папа мальчишки сильными станут,
Любой канат они перетянут.
А девочки в цель попадут, не промажут,
Как меткими стать им мамы покажут.

Команду встречает Капитан.

Капитан:

Здравствуйтесь, мои друзья!
Как же рад Вас видеть я!
Я друзья, моряк бывалый!
Стран объездил я немало.
Бороздил я океан,
Плавал тут и плавал там.
Все я видел, был везде
Но не видел я нигде

Города такого, многовекового!

Древний и мифический,
А также – героический!
Добрый, храбрый в нем народ
Капитан вас всех зовет,
Смелость, ловкость показать,
Силу вашу доказать!

1. Игра «Перетягивание каната»

Цель: развивать ловкость, выносливость, выдержку. Воспитывать волю и стремление к победе.

Ход игры:

На площадке проводится черта, играющие делятся на две команды и встают по обе стороны черты, держа в руках канат. По сигналу: «Раз, два, три – силу покажи!» - каждая команда пытается перетянуть канат на свою сторону. Чья команда сумеет это сделать, та считается победительницей.

Правила игры: начинать перетягивать канат надо только по сигналу. Команда, которая перешагнула черту, считается побежденной.

Капитан: - Молодцы! Настоящие моряки! Сильные, умелые, ловкие и смелые. А сейчас проверим, как вы справитесь со следующим заданием.

2. Игра эстафета «Пройди по трапу»

Цель: развивать умение выполнять движение по сигналу, скоростные и координационные способности, развитие физических качеств, закреплять умение преодолевать препятствия.

Ход игры:

Играющие делятся на две команды.

Первая команда (родители): стоят в колонне друг за другом, по сигналу: «Раз, два, три – начни!», взрослые принимают и.п. – «паук» с упором на руки сзади. «Перешагивают» приставным шагом из ячейки в ячейку «трапа». Упражнение выполняют до сигнальной фишки, возвращаются и передают эстафету следующему игроку.

Вторая команда (дети): стоят в колонне друг за другом, по сигналу: «Раз, два, три – начни!», дети принимают и.п. – «планка» с упором на руки. Переставляя руки из ячейки в ячейку «трапа», выполняют движение до сигнальной фишки и возвращаются и передают эстафету следующему игроку.

Капитан: Сегодня вы доказали, что вы настоящие моряки, сильные, ловкие, смелые юнги. Все справились с заданием и заслужили награду!

Капитан вручает детям «олимпийское кольцо».

Локация № 4

ГОРА МИТРИДАТ



По лестнице ввысь мы стремимся к успеху –
Подъем был нелегким, нам было не до смеху.
Но вот и вершина – **РОДНОЙ МИТРИДАТ** –
Здесь каждый керчанин очутится рад.

Вдохнем свежий воздух, посмотрим на море –
Оно нам подарит вдохновенье и здоровье.
И солнце здесь ближе, и небо, и птицы –
Все это **ПРИРОДЫ** великой частицы.

Инструктор:

Чтоб здоровье сохранить, организм свой укрепить,
знает каждый из ребят, нужно танцевать!
Много танцев в этом мире, все не сможем сосчитать,
так давайте же скорее будем, будем танцевать!



*Дети вместе с родителями выполняют ритмический танец.
Дисотека Авария «Недетское время»*

Инструктор:

Славно мы повеселились, поиграли, порезвились!
А теперь пришла пора сделать нам забег друзья!

Инструктор вручает детям «олимпийское кольцо».

Локация № 5

СТАДИОН



Пробежка окончена... Достигнута цель –
Мы много о городе знаем теперь.
Наш город открыт для спортивных свершений,
Для юных спортсменов и их увлечений.

Школа здоровья открыта для всех!
Спортом мы можем заняться везде!
Керчь – город великих традиций –
ГОРОД ЮНЫХ ОЛИМПИЙЦЕВ!

Родители и дети бегут до ФИНИША.

Инструктор: - Спасибо вам, ребята и родители.

Марафон по достопримечательностям города окончен. Любое место нашего города может стать «спортивным». Главное – желание заниматься ФИЗКУЛЬТУРОЙ и СПОРТОМ! А веселее заниматься с друзьями и с семьей!

Инструктор награждает родителей и детей и вручает «олимпийское кольцо».

Керчь - город будущих олимпийцев!

