**Конспект занятия для детей старшего дошкольного возраста**

**«Мы – будущие чемпионы!»**

Участники: *дети старшего дошкольного возраста*

Продолжительность: *40 мин.*

*Материалы: разрезные картинки 16 штук (спортивный инвентарь, листы бумаги А4,*

***Цель занятия:*** формирование здоровой, творчески активной личности, будущего гражданина России, которая включена в процесс физического и личностного развития.

***Задачи:***

-создание положительного образа здорового, спортивного человека;

- формирование чувства гордости за свою страну;

- развитие культуры взаимоотношений при работе в команде;

 - формирование активную жизненную позицию.

1. **Вступление.**
2. Приветствие (5-7 мин)

Инструкция: (дети стоят по кругу) Каждый называет свое имя и любимый зимний вид спорта. Рядом стоящий слева участник сначала повторяет е имя и любимый зимний вид спорта предыдущего участника, затем уже повторяет свое имя и свой любимый вид спорта.

*Психолог:* Молодцы, ребята. Надо же, сколько видов спорта вы знаете! *(перечисляет*) Нам всем известно, в нашей стране прошли Олимпийские игры. И прошли с величайшей победой. Конечно же, мы с вами верили, болели за нашу Россию, за наших спортсменов и они нас не разочаровали. Выиграли много-много медалей- золотых, серебряных, бронзовых. Теперь я уверена, многие из вас тоже хотят стать спортсменами, а может быть и чемпионами.

1. **Основная часть.**

**2. «Загадки» (5 мин)**

 *Психолог:* А сейчас я буду вам загадывать загадки на тему спорта. Посмотрим, как вы сумеете справиться с ними. (см. Приложение )

*Психолог:* Умницы, справились. А теперь следующая игра. Посмотрим, как вы здесь справитесь.

1. **Упражнение «Разрезные картинки» (7 мин)**

*Психолог:* Ребята, сейчас наша дружная группа разделиться на две команды.

Каждой команде я раздам набор разрезных картинок с изображениями спортивного инвентаря, так необходимого спортсменам. Кто быстрее соберет?

(*Дети разделились на две группы и складывают рисунки на скорость)*

 *Психолог:* Ребята, у вас было достаточно тяжелое задание. Устали, правда? Давайте отдохнем чуточку!

1. **Оздоровительная минутка «Деревце» (2 мин)**

Поставьте ноги вместе, стопы прижаты к полу, руки опущены, спина прямая.

Сделайте спокойно вдох и выдох, плавно поднимите руки вверх. Держите их ладонями друг к другу, пальцы вместе.

Потянитесь всем телом. Вытягиваясь вверх, представьте креп­кое, сильное деревце. Высокий, стройный ствол тянется к солнцу. Организм, как дерево, наливается силой, бодростью, здоровьем. (Выполняется 15-20 с).

Опустите руки и расслабьтесь.

1. **Упражнение «Лыжи – керлинг - лед» (5 мин)**

*Психолог:* Ребята, спортсмены бывают не только сильные, ловкие, но и очень внимательные. Давайте проверим, какие вы внимательные, как вы можете соблюдать правила игры. Я говорю лыжи – вы изображаете человека, который едет на лыжах, говорю «керлинг», изображаете движения керлингиста, говорю «лед» - замираете. При этом я буду вас «путать». Буду говорить лыжи, а сама застыну как «лед», или наоборот. Вы должны слушать очень внимательно. Начали?

**6. «Портрет чемпиона» (15 мин)**

 *Психолог:* Чемпионом стать нелегко, ребята. Для этого нужно много работать над собой, много тренироваться. Какие еще качества необходимы спортсменам, чтобы стать чемпионами? *(Дети перечисляют*)

 Теперь давайте все сядем удобно за столы и нарисуем россиянина, который стал чемпионом на Олимпиаде. Представьте, какое у него лицо. Он наверняка горд собой, потому что принес своей стране медаль. Попробуем?

 (Дети рисуют) Обсуждение рисунков.

1. **Заключение**

 *Рефлексия.*

Что вы узнали сегодня нового?

Какие качества необходимы, чтоб стать спортсменом?

Что нужно вам сделать, чтобы и вы стали чемпионами?