**Спортивное развлечение для детей 5-6 лет**

**«Русские народные игрища»**

**Задачи:**

1. Создать у детей и взрослых радостное, бодрое настроение;
2. Приобщать детей и взрослых к русским народным играм; научить выполнению правил игры, развивать ловкость, мышечную силу, выносливость, волевые качества в достижении цели;
3. Рекомендовать взрослым и детям играть в подобные игры в свободной деятельности.

**Предварительная работа.**

1. Развлечение проводится на территории детского сада.
2. Для ознакомления заранее раздаются карты, по которым путешествуют участники праздника.
3. Подготовить спортивный инвентарь и украсить спортивную площадку, участки групп; развесить условные обозначения: солнце, платок, мяч, метла.
4. Привлечь для участия в развлечении родителей и сотрудников ДОУ.

**Действующие лица**

1. Баба Яга;
2. Кощей Бессмертный;
3. Два скомороха;
4. Матрешка.

Оборудование: мячи, 4 метлы, платок, ведро.

**1-й скоморох:**

Эй, ребята, к нам, сюда!

Только галок не ловите,

Веселей на нас смотрите!

**2-й скоморох:**

Познакомьтесь с нами, дети,

Веселей нас нет на свете!

Мы – ребята – скоморохи.

Мы не любим охи - вздохи!

**1-й и 2-й скоморохи** (вместе):

На балалайках мы играем,

Всех на праздник зазываем!

Горевать с тобой не будем,

А плясать сейчас мы будем!

Дети тоже не отстанут,

Веселиться с нами станут.

*Скоморохи, взрослые и дети исполняют танец «Бабушка-Яга» под музыку из репертуара группы «На-На».*

*Появляется на метле Баба-Яга и Кощей Бессмертный на игрушке-лошадке.*

**Баба-Яга.** Уф-уф! Человеческим духом пахнет, кто это тут расшумелся?

**Кощей Бессмертный**. Я вас быстро сейчас в своё Кощеево царство заберу!

**Скоморохи.** Здравствуйте, Бабушка Яга и Кощей Бессмертный! (Дети здороваются.) Не пугайтесь нас, мы собрались, чтобы вспомнить русские народные игры и поиграть в них. Игры помогут ребятам быть сильными, ловкими, крепкими.

**Инструктор по физической культуре**. Прежде чем играть, нужно подготовить свой организм к игре – необходимо сделать зарядку!

**Баба-Яга и Кощей Бессмертный.** Мы тоже делаем зарядку по утрам!

*Выполняют свою сказочную зарядку: под музыку Баба-Яга и Кощей Бессмертный делают различные неловкие, скованные движения. В конце сказочной зарядки они падают от усталости на землю. Дети смеются над ними.*

**Инструктор по физической культуре.**

Солнце встало утром рано,

Вместе с солнцем мы встаем!

Не лежим под одеялом –

На зарядку все идём!

*Дети выполняют зарядку с мячом.*

**Упражнения с мячом**

1. Исходное положение: стойка, ноги вместе, мяч в руках внизу. 1-мяч на грудь; 2-поднять мяч вверх и потянуться-вдох; 3-мяч на грудь;4-опустить мяч вниз-выдох (8 раз).
2. *«Переложи мяч»* Исходное положение: стойка, ноги врозь, мяч на полу сбоку. 1-наклониться вперед, в сторону и взять мяч – выдох; 2 – выпрямиться, мяч в руках – вдох; 3 – наклониться в другую сторону и положить мяч сбоку – выдох; 4 – выпрямиться в исходное положение (6-8 раз).
3. Исходное положение: глубокий присед, мяч в руках на полу. 1-2 – встать, мяч вверх, правую ногу назад на носок, потянуться - вдох; 3-4 – исходное положение – выдох; то же, но назад на левую ногу. Голову приподнять и смотреть на мяч (6-8 раз).
4. Исходное положение: стойка ноги вместе, мяч в руках внизу. 1-3 – наклониться вперед и прокатить мяч по полу вокруг ног – выдох; 4 – взять мяч, вернуться в исходное положение – вдох. Упражнение выполнять с прямыми ногами (6-8 раз).
5. «Выпусти-поймай». 1. Исходное положение: стойка ноги вместе, мяч впереди, руки прямые. Развести руки, выпустить мяч, быстро присесть и, не давая мячу упасть на пол, поймать его двумя руками внизу (6 раз).
6. Исходное положение: ноги немного расставлены, мяч у плеча на ладони согнутой руки. Бросок мяча вверх и ловля его двумя руками (6 раз).
7. Прыжки на двух ногах, мяч в руках. После прыжков положить мяч и перейти на ходьбу (повторить 3-4 раза).

**Инструктор по физической культуре.** Вот так нужно делать зарядку.

**Баба-Яга и Кощей Бессмертный.** Зато мы больше знаем русских народных игр.

**Инструктор.** Дети могут тоже назвать много русских народных игр. Считайте, Баба Яга и Кощей.

*Дети перечисляют русские народные игры.*

**Баба Яга и Кощей Бессмертный**. Да, много игр вы знаете. А мы хотим поиграть в «Чай, чай, выручай!».

*Баба-Яга и Кощей Бессмертный играют вместе с детьми.*

*Затем инструктор раздаёт карты, и дети расходятся по участкам, где будут играть в русские народные игры. Дети поэтапно играют в игры (используется метод круговой тренировки).*

**Первый этап.**

На спортивной площадке дети играют вместе с Бабой Ягой в **«Пятнашки».** Играющие становятся за линию круга. Водящий – в центре круга с метлой в руке. После слов: «Баба Яга, костяная нога, с печки упала, ногу сломала. Раз, два, три – лови!» - дети и взрослые перепрыгивают через линию в круг и обратно, стараясь, чтобы водящий не коснулся их метлой. Если водящий дотронулся до игрока метлой, когда играющие находились в кругу, то они выходят из игры и выполняют задания (5 приседаний, 5 прыжков на левой ноге и т.д.), после чего возвращаются в игру. Сначала водит Баба Яга, стараясь метлой коснуться ребят, а затем выбирается водящий из числа детей и взрослых.

**Эстафета «Полёт на метле».** Дети, сидя верхом на метле, «змейкой» обегают кубы.

**Второй этап.**

На участке группы играют с Кощеем Бессмертным».

**Игра «Вороны и воробьи».** Команда мальчиков «воробьи», а команда девочек – «вороны». По команде «Воробьи!» мальчики ловят девочек, по команде «Вороны!» девочки ловят мальчиков. Осаленные выходят из игры.

**Третий этап.**

На участке дети и взрослые играют со скоморохами.

**Игра «Круговые пятнашки».** Участвующие встают в круг на расстоянии одного шага друг от друга, отмечая свое место кружком. Двое водящих стоят на некотором расстоянии друг от друга, один из них – «пятнашка», другой от него убегает. Убегающий игрок в случае опасности быть пойманным может встать к стоящему на месте игроку, который оставляет свое место и бежит по кругу. Если «пятнашка» догоняет убегающего, то убегающий становится «пятнашкой».

**Игра «Мяч в ведро».** Перед началом игры ведру необходимо придать устойчивость, положив в него камень. Затем играющие встают в круг лицом в центр. Игроки по очереди начинают кидать мячи в ведро. Победителем становится тот, у кого больше мячей попало в цель.

**Четвертый этап.**

**Игра «Жмурки».** На участке группы взрослые и дети играют с Матрешкой. «Жмурке» завязывают глаза, отводят на середину площадки и поворачивают несколько раз вокруг себя, затем переговариваются с ним, например:

* Где стоишь?
* У столба.
* Что продаёшь?
* Квас.
* Bob три года нас!

После этих слов участники игры разбегаются, а «жмурка» ловит их. Пойманный им игрок станет «жмуркой» только в том случае, если водящий узнает его и назовет по имени. Если не угадает, ему опять придется водить.

*Когда все этапы пройдены, участники собираются*

*вместе на спортивной площадке.*

**Кощей Бессмертный.**  Много игр вы знаете, дети, наградить мне вас хочется. Но подарок мой найти нужно: разыщите яйцо, в нем лежит записка, в которой написано, где надо искать призы.

*Дети находят яйцо, читают записку,*

*по ней разыскивают призы.*