Муниципальное Бюджетное Дошкольное Образовательное Учреждение комбинированного вида детский сад № 65

Конспект физкультурного занятия в подготовительной группе по теме:

 *‘’Олимпийцы в детском саду ’’*

Инструктор по физической культуре: Дворникова О.А

*Цели*: = совершенствовать двигательные умения и навыки;

 = создать радостное настроение.

*Задачи: =* развивать физические и волевые качества;

 = закреплять навыки в ходьбе, беге, прыжках, равновесии, ползании;

 = развивать стремление к победе и уверенности в своих силах;

 = совершенствовать в соревновательной форме навыки выполнения основных движений: бега, метании, прыжков;

 = развивать любовь к спорту;

 = расширять представление об истории Олимпийских игр.

*Оборудование*: конусы, гимнастические палки, кубики, обручи, восковые мелки, эмблемы, мешочки для метания.

 *ЧТО ТАКОЕ* ***ОЛИМПИАДА?***

 *ЭТО ЧЕСТНЫЙ СПОРТИВНЫЙ БОЙ*

 *В НЕЙ УЧАСТВОВАТЬ НАГРАДА!*

 *ПОБЕДИТЬ ЖЕ МОЖЕТ ЛЮБОЙ!*

*Вед.* Ребята, а как часто проводятся Олимпийские игры? ( Ответы детей )

 Как вы думаете, а в каких видах спорта спортсмены принимают участие в летних Олимпийских играх? ( Дети отвечают )

*Вед*. Ну что ж, ребята! Вот и мы с вами сегодня попробуем провести свои Олимпийские игры.

 Построение в шеренгу.

 Разновидности ходьбы и бега:

***ХОДЬБА:*** = в колонне;

 = на носочках, руки в стороны;

 = на пятках, руки за спину, сложенные «локоть на локоть»;

 = на носке правой ноги и пятке левой, руки на поясе;

 = с высоким подниманием колена;

 = по диагонали.

***БЕГ:*** = легкий на носочках;

 = боковой галоп ( правым и левым боком );

 = с захлестыванием ног;

 = с остановкой на сигнал ( со сменой ведущего ).

  **ОРУ С МЯЧОМ.**

Дети перестраиваются в две колонны.

*Вед. Ну, команды, смелые*

 *Дружные, умелые*

 *На площадку выходите*

 *Силу, ловкость покажите*!

Ребята, наши соревнования будут проходить в виде эстафет.

Дети делятся на две команды.

***1 ЭСТАФЕТА: ПРЫЖКИ НА ОДНОЙ НОГЕ.***

 *А теперь скорей за дело –*

 *Будем прыгать мы умело.*

Первый участник команды бежит до обручей, прыгает на правой ноге, добегает до конуса, а обратно нужно прыгать через обручи на левой ноге и стать в конец колонны.

***2 ЭСТАФЕТА: САМЫЙ БЫСТРЫЙ, ЛОВКИЙ, ВНИМАТЕЛЬНЫЙ.***

Первые участники команды бегут до корзины, бегут два кубика, кладут на кубики гимнастическую палку и передают эстафету. Когда ворота команды построены, все команды должны в эти ворота проползти по-пластунски.

***3 ЭСТАФЕТА: ЗАБРОСЬ МЕШОЧЕК В ОБРУЧ.***

Около каждой команды разложены мешочки с песком. На расстоянии 1.5-2м от старта – обручи. Дети по очереди должны взять мешочек с песком, положить его на носок ноги и забросить в обруч. Побеждает команда, у игроков которой засчитано больше попаданий в обруч.

***Вед.*** Ребята, а сейчас давайте сделаем игровой самомассаж ***« НЕБОЛЕЙКА»:***

*Чтобы горло не болело*

 *Мы погладим его смело*. ( Дети пальцами растирают шею )

 *Чтоб не кашлять, не чихать,*

 *Нос мы будем растирать*. ( Указ. пальцами дети растирают крылья носа )

 *Лоб мы тоже разотрем,*

 *Ладошку держим козырьком*. ( Дети растирают лоб ребром ладони )

 *Вилку пальчиками сделай*

 *Ушко ты погладь умело* ( Указ. и средн. пальцами дети массируют уши )

 *Знаем, знаем, да – да – да!*

 *Нам простуда не страшна*. ( Дети растирают ладони )

*Вед*. Молодцы, ребята.

 А, вы знаете, что Олимпийские игры имеют свой флаг? ( Дети отвечают)

 А, что на нем изображено? ( Дети отвечают )

*Вед. Вес мы в дружбу верим свято,*

 *Каждый в дружбе молодец!*

 *И рисуют все ребята*

 *Добрый знак пяти колец.*

***4 ЭСТАФЕТА: НАРИСУЙ ОЛИМПИЙСКУЮ ЭМБЛЕМУ.***

Каждый участник по очереди подбегают к столу и рисуют по одному кольцу на бумаге. Последний бежит и приносит рисунок команде. Побеждает команда, выполнившая задание первой. Оценивается также правильность изображения Олимпийской эмблемы.

*Вед.* *Эстафет прошла пора*

 *Смех звучал и песня*

 *В гостях у нас была игра*

 ***БЫЛО ИНТЕРЕСНО!***

Ну, вот и подошли к концу наши Олимпийские игры.Молодцы, ребята, дружно играли, метко бросали, быстро бегали. А победила у нас с вами

*ДРУЖБА!*

До свидания!