МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ

УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО

ВИДА № 5 «ДУБОК» СТАНИЦЫ АРХАНГЕЛЬСКОЙ

МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

ТИХОРЕЦКИЙ РАЙОН

Физкультурное развлечение

для детей старшего дошкольного возраста.

«Путешествие в Олимпию»

Канюк Е.К.

инструктор по физической культуре

**Задачи.** Закрепить знания об истории появления олимпийских игр. Прививать интерес к активному образу жизни. Закрепить упражнения ритмической гимнастики. Развивать быстроту, ловкость, прыгучесть, силу. Развивать у детей потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям. Способствовать становлению и обогащению двигательного опыта.

**Оборудование.** Мячи шитые, кегли, эстафетные палки, мячи хопы, канат, 4 бутылки с песком по 500гр., лавровые листья из бумаги, 2 корзины.

**Ход развлечения.**

*В зал входят дети в спортивной форме и строятся в шеренгу, лицом к ведущему.*

**Ведущий**. Сегодня ребята мы с вами отправимся в Древнюю Грецию, на самые первые Олимпийские игры в древнегреческом городе Олимпия. На время спортивных состязаний объявлялось священное перемирие, прекращались все войны и в Олимпию с оружием никто не мог войти. А сейчас мы все вместе, как в сказке, перенесёмся в древнюю Олимпию и проведём свои олимпийские игры, где будут соревноваться юные спортсмены. Чтобы подготовиться к предстоящим олимпийским испытаниям, предлагаю сделать разминку**.**

**Музыкально-ритмическая композиция «Если с другом вышел в путь»**

**(песня «Когда мои друзья со мной», муз. В.Шаинского, сл.М.Танича)Приложение № 1**

**Ведущий.** А теперь прошу внимания. Начинаем Олимпийские соревнования!

Желаю быть честными, смелыми, достойными и умелыми!

**Эстафета «Бегуны».**

Игроки делятся на две команды и строятся в колонны по одному за линиями старта. По сигналу игроки бегут до поворотной кегли, обегают её и возвращаются в команду. Выигрывает команда первой выполнившая задание.

**Ведущий.** Мчатся, мчатся колесницы, ветерок играет в спицах.

Вы садитесь на коней, мчитесь к финишу быстрей!

**Эстафета «Скачки».**

Перед каждой командой мяч хоп. По сигналу дети садятся на мяч и скачут до кегли и обратно. Выигрывает команда первой выполнившая задание.

**Ведущий.** На Олимпиаде в Древней Греции победителю на голову надевали лавровый венок.

**Аттракцион «Собери лавровый венок».**

По залу в произвольном порядке раскладываются лавровые листья из зелёной бумаги. От каждой команды приглашается по одному игроку, которые становятся посередине зала. По команде «Раз, два, три, венок собери!» дети начинают собирать листья и складывать их в определённом месте в форме венка. Побеждает игрок, у кого венок будет составлен из большего количества листьев. Победивший игрок приносит команде очко. Игру можно повторить 2-4 раза.

**Ведущий.** Ребята, в древней Греции прыгуны в длину выполняли прыжки с отягощением. Мы тоже станем прыгунами, и у нас будут отягощения.

**Эстафета «Кто самый дальний».**

Первым игрокам команд, стоящих в колоннах даётся в руки по две бутылочки с песком весом 500 грамм. Игроки по очереди выполняют прыжки вперёд с места с бутылочками в руках, следующий игрок начинает прыжок с того места где закончил предыдущий игрок. Определяется команда преодолевшая большее расстояние суммой прыжков.

**Ведущий.** Четвёртый день полностью отдавался в распоряжение детей. Древнегреческие мальчишки и девчонки не меньше любили игры, чем наши юные современники. Чуть ли не с двухлетнего возраста эллинские малыши увлекались «петушиным боем». Давайте и мы поиграем в эту игру.

**Игра «Петушиный бой».**

Двое детей заходят в обозначенный на полу круг. Встают на одну ногу (другую держат рукой) и прыгая на одной ноге стараются вытолкнуть соперника из круга, стараясь сбить друг друга ударом плеча. Пары меняются.

**Ведущий.** Но самым любимыми и популярными у детей древней Греции были игры в мяч. Существовали разные виды мячей: сшитые из цветных лоскутков и набитые волосом, наполнение воздухом кожаные оболочки, те же оболочки, набитые перьями, самые тяжёлые, наполнение песком.

Давайте тоже поиграем в игры с различными мячами.

**Эстафета «Будь точным».**

Дети стоят в колоннах, у каждого в руках малый сшитый мяч. В 2 метрах от команд стоят корзины. По сигналу каждый игрок подходит к обозначенному месту и выполняет свой бросок в корзину. Первая попытка выполняется правой рукой, вторая левой. Следующий бросок выполняется мешочком с песком. В конце подсчитывается количество попаданий.

**Ведущий.** Олимпийцы должны прыгать, бегать, метать. Олимпийцы должны очень многое знать. Буду знания ваши сейчас проверять. Ну, а вы дружно будете мне отвечать.

**Конкурс загадок на спортивную тематику.**

Ведущий по очереди задаёт загадку каждой команде. Если команда не отгадала загадку, загадку пытается разгадать команда соперник. Выигрывает та команда, которая больше даст правильных ответов.

Просыпаюсь утром рано вместе с солнышком румяным,

Заправляю сам кроватку, быстро делаю… (Зарядку)

Если будешь закаляться, физкультурой заниматься,

То тогда по всем законам, станешь точно…(Чемпионом)

Когда апрель берёт своё, и ручейки бегут, звеня,

Я прыгаю через неё, а она – через меня. (Скакалка)

Что нам плечи расправляет, силу ловкость нам даёт?

Что нам мышцы развивает, на рекорды нас зовёт? (Спорт, физкультура)

Они гантели поднимают, дальше всех ядро бросают,

Бегают быстро и метко стреляют – как, одним словом их всех называют? (Спортсмены)

Мы видим все спортсменов ловких, когда идёт Олимпиада.

Не зря все наши тренировки, ждут победителей… (Награды)

**Ведущий.** Сегодня вы были ловкими, были смелыми,

Были сильными, и умелыми, быстрыми и весёлыми,

Дружными и задорными.

*Ведущий подводит итоги соревнований, награждает детей, дети поздравляют друг друга аплодисментами.*

Вот и закончилось наше путешествие в Олимпию. А теперь нам пора возвращаться в наше время, в наш детский сад. Спасибо всем участникам. До встречи на следующих соревнованиях.

*Под фонограмму марш И.Дунаевского Из к/ф «Весёлые ребята» дети выходят из спортивного зала.*

Литература.

1. И.И.Кучма «Олимпийские игры в детском саду». Издательско-торговый дом «Корифей», Волгоград, 2005г.
2. Т.Б.Сидорова «Познавательные физкультурные занятия» Подготовительная группа. «Учитель», Волгоград, 2011г.
3. Ю.А.Кириллова «Навстречу Олимпиаде» физкультурные досуги для детей старшего дошкольного возраста. Детство-Пресс, Санкт-Петербург, 2012

**Приложение № 1**

**Музыкально-ритмическая композиция «Если с другом вышел в путь».**

**(Песня «Когда мои друзья со мной», муз. В.Шаинского, сл.М.Танича)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Проигрыш.** | Хлопают в ладоши. |
| Ля-ля, ля-ля, ля-ля, ля-ля, ля-ля, эй! | Ходьба на месте. |
| **Первый куплет.**Если с другом вышел в путь,Если с другом вышел в путь,Веселей дорога. | Два прыжка: ноги врозь, руки в стороны – ноги вместе, руки вниз. |
| Без друзей меня чуть, чуть,Без друзей меня чуть, чуть, | Отводят от груди правую руку, затем прижимают её к груди. Тоже левой рукой. |
| А с друзьями – много. | Отводят от груди в стороны обе руки, слегка наклоняются вперёд, затем выпрямляются, опускают руки вниз. |
| **Припев.**Что мне снег, что мне зной,Что мне дождик проливной, | «Пружинка», покачивая вперёд, назад руками. |
| Когда мои друзья со мной! | Повороты вправо, влево, руки на поясе. |
| *Слова припева повторяются.* | Движения те же. |
| Ля-ля, ля-ля, ля-ля, ля-ля, ля-ля, эй! | Ходьба на месте. |
| **Второй куплет.**Там, где трудно одному,Там, где трудно одному, справлюсь вместе с вами. | Выставляют поочерёдно вперёд от груди правую, левую руку, кисть перпендикулярно, ладонь вверх (по 4 раза) |
| Где чего-то не пойму,Где чего-то не пойму,Разберём с друзьями! | Поднимают плечи вверх, руки в стороны – вниз (2 раза) |
| **Припев.**Что мне снег, что мне зной,Что мне дождик проливной, | «Пружинка», покачивая вперёд, назад руками. |
| Когда мои друзья со мной! | Повороты вправо, влево, руки на поясе. |
| *Слова припева повторяются.* | Движения те же. |
| Ля-ля, ля-ля, ля-ля, ля-ля, ля-ля, эй! | Ходьба на месте. |
| **Третий куплет.**На медведя я, друзья,На медведя я, друзья,Выйду без испуга, | Выставляют вперёд – в сторону прямую правую руку, кисть в кулак; левая рука слегка согнута в локте, кулак ставится под локоть правой руки – «стреляют из оружья». |
| Если с другом буду я,Если с другом буду я, | Отводят от груди правую руку, затем прижимают её к груди. Тоже левой рукой. |
| А медведь – без друга! | Отводят от груди в стороны обе руки, слегка наклоняются вперёд, затем выпрямляются, опускают руки вниз. |
| **Припев.**Что мне снег, что мне зной,Что мне дождик проливной, | «Пружинка», покачивая вперёд, назад руками. |
| Когда мои друзья со мной! | Повороты вправо, влево, руки на поясе. |
| *Слова припева повторяются.* | Движения те же. |
| Ля-ля, ля-ля, ля-ля, ля-ля, ля-ля, эй! | Ходьба на месте. |
| **Четвёртый куплет**Если с другом вышел в путь,Если с другом вышел в путь,Веселей дорога. | Два прыжка: ноги врозь, руки в стороны – ноги вместе, руки вниз. |
| Без друзей меня чуть, чуть,Без друзей меня чуть, чуть, | Отводят от груди правую руку, затем прижимают её к груди. Тоже левой рукой. |
| А с друзьями – много. | Отводят от груди в стороны обе руки, слегка наклоняются вперёд, затем выпрямляются, опускают руки вниз. |
| **Припев.**Что мне снег, что мне зной,Что мне дождик проливной, | «Пружинка», покачивая вперёд, назад руками. |
| Когда мои друзья со мной! | Повороты вправо, влево, руки на поясе. |
| *Слова припева повторяются.* | Движения те же. |
| **Проигрыш.** | Хлопки в ладоши. |
| **Припев.**Что мне снег, что мне зной,Что мне дождик проливной, | «Пружинка», покачивая вперёд, назад руками. |
| Когда мои друзья со мной! | Повороты вправо, влево, руки на поясе. |
| *Слова припева повторяются.* | Движения те же. |
| Ля-ля, ля-ля, ля-ля, ля-ля, ля-ля, эй! | Ходьба на месте. |
| Всё! | Поднимают руки вверх-в стороны. |