**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ**

Государственное бюджетное образовательное учреждение города Москвы

«Школа № 2063»

**Игровое занятие**

**для детей старшей группы**

**"В страну Спортландию"**

**Цель:**

приобщать детей к традициям большого спорта, здоровому образу жизни, через воспитание интереса к физической культуре и разным видам спорта *(футбол, баскетбол, борьба).*

**Задачи:**

***Образовательные задачи:***

* продолжать знакомить с различными видами спорта, с олимпийской символикой;
* закреплять навыки выполнения строевых упражнений.

***Развивающие задачи:***

* развивать способности детей старшего возраста к самостоятельному выполнению физических упражнений согласно словесной инструкции;
* продолжать развивать двигательные навыки и физические качества: силу, ловкость, быстроту.

***Воспитательные задачи:***

* развивать умение детей действовать коллективно, строго соблюдая правила игры;
* воспитывать дружеские отношения детей в группе.

**Оборудование:**

мячи по количеству детей, нестандартное оборудование “Дорожка-змейка”; наглядный материал: обручи пяти цветов олимпийской символики, картинки с изображением жителей 5 континентов, эмблемы карта мира, медали (по количеству детей), символика: России, д/сада. Технические средства: аудиозаписи, магнитофон.

**ХОД ЗАНЯТИЯ**

**I. Подготовительная часть**

*(Дети входят в зал под марш)*

**Воспитатель:** Здравствуйте, ребята! Сегодня мы отправимся в страну “Спортландия”. Название этой страны возникло от слова - “спорт”. Для чего нужен спорт людям?

**Дети:** чтобы быть здоровыми, сильными…

**Воспитатель**: правильно ребята, для того чтобы быть ловкими, сильными, быстрыми и самое главное здоровыми. В стране “Спортландия” живут именно такие люди.

Во всех странах есть символы, эмблемы.

Посмотрите вот это символ нашей страны *(демонстрация двуглавого орла)*. Символ страны “Спортландия” *(раздаёт детям эмблему с изображением олимпийских колец)*. Ребята, посмотрите внимательно на эмблему, как вы думаете, что изображено на ней?

**Дети.** Кружочки, кольца.

**Воспитатель:** Но для того, чтобы узнать, что обозначают эти кольца нам необходимо, собрать их, и познакомится с представителями разных народов мира. Дорога будет дальней, поэтому нам необходимо сделать разминку.

**Разминка** “Спортсмены” *(под музыкальное сопровождение)* - 5 мин.

Прямо на месте шагом марш – ходьба 30 сек.

Бег - ловко, дыхание носом в умеренном темпе 1,5 мин.

1. “Мы сильные” - и.п. – прямо ноги врозь, руки в стороны, 1 - руки к плечам, сильно напрячь руки, пальцы сжать в кулак, 2 вернись в исходное положение - руки в стороны, мышцы расслабь (7-8 раз).
2. “Бокс” - и.п. стань прямо руки согнуты вперед, кисть в кулак как у боксера, 1 - удар правой, выпрями руку вперед, 2 – согни руку, прими исходное положение, 3-4 удар левой рукой (7-8 раз).
3. “Мы гибкие” - и.п. стань прямо ноги врозь, руки вверх, 1 - наклонись, достань рукой до носка правой ноги, наклон с прямимы ногами, 2 – выпрямись руки вверх вернись в исходное положение, 3-4 наклон к левой ноге.(7-8 раз.)
4. “Сильные ноги” – и.п. – спину прямо, руки в сторону, 1 – присядь руки вперед , 2 – встань, вернись в исходное положение (7-8 раз.)
5. “Мы ловкие” – и.п. ложись на спину руки вверх, касаются, пола за головой 1 -подними прямую ногу достань до нее рукой, 2 – опусти руку и ногу, вернись в исходное положение, 3-4 достань другой рукой до второй прямой ноги.
6. “Мы прыгучие” – и.п. стань прямо, руки на пояс прыжки на 2-х ногах, можно поворачиваться вокруг себя, прыгать легко приземлятся на носочки (2 подхода по 20 раз).
7. Дыхательные упражнения.

**II. Основная часть**

**Воспитатель:** Ну, вот мы и разогрелись.

Теперь отправимся в гости к представителю Америки - Майклу. *(Дети подходят к красному кольцу в середине изображение ребенка представляющего американский народ).*

Ребята, жители Центральной Америки очень любили играть в мяч, и благодаря этому возник такой вид спорта как – баскетбол. А вы любите игры с мячом?

**Дети:** да.

**Воспитатель:** Ну, тогда давайте поиграем, как играет Майкл со своими друзьями.

Эстафета с мячом *(показ воспитателя).*

Детям предлагается поделиться на две команды.

Ребенок надевает головной убор индейца, берет мяч, добегает до баскетбольной корзины, забрасывает мяч в корзину, возвращается назад, передает головной убор следующему участнику и т.д.

**Воспитатель:** Очень хорошо вы забрасывали мячи в корзину, и за это нам Майкл дарит вот это красное кольцо *(кольцо и изображения детей представителей разных континентов вывешиваются на стенку и карту подготовленные заранее).*

*А теперь отправляемся дальше.*

Дети, смотрите, а нас уже ждет представитель Африки Том. Вы знаете, в Африке одним из излюбленных видов спорта, были прыжки, это был очень серьезный вид спорта, потому что он требовал от участников соревнований не только мастерства, но и мужества. Потому, что прыгали они через быков или крокодилов. Том предлагает вам испытать себя на ловкость и смелость. Перепрыгивая препятствия, вы можете представить, что перепрыгиваете через болото, в котором живут крокодилы.

**Игровое упражнение “Прыжки через болото”.** Используется нестандартное оборудование “Дорожка-лесенка”, дети выполняют прыжки в длину, перепрыгивая через “болото”, последующий прыжок удлиняется

**Воспитатель:** Молодцы, и вам в подарок еще одно кольцо от *Тома (дети получают черное кольцо и вывешивают его на стенку)*. Продолжаем наш поход?

**Дети:**…Да.

**Воспитатель:** Желтое кольцо обозначает Азию. Японцы, китайцы и др. восточные народы любят заниматься различными видами борьбы. Поэтому они смелые, сильные, быстрые, ловкие, воспитывают в себе выдержку и уверенность в своих силах. Ребята, а вы знаете, в каких видах спорта нужна сила?

**Дети:** Борьба, самбо, дзюдо и др.

**Воспитатель:** правильно, хотите помериться силой друг с другом?

**Дети**: Да.

**Игра “Перетягивание в парах”** *(показ и объяснение воспитателя)*

На полу лежит “Дорожка-змейка”. Участвуют две команды. Дети обоих команд располагаются вдоль “Дорожки-змейки” по парам, лицом друг к другу, взявшись за руки. По сигналу *(свистку)*, дети начинают перетягивать партнера на свою сторону. Выигрывают дети, перетянувшие своего партнера на свою сторону. Побежденные игроки садятся на скамейки. Соревнования продолжаются между победителями до тех пор, пока не определится 1 победитель. Мальчики и девочки соревнуются отдельно. Определяется самый сильный мальчик и самая сильная девочка.

*(Победитель получает желтое кольцо и вывешивает его на стенку)*

**Воспитатель:** Еще один этап пройден. И мы видим голубое кольцо, которое обозначает континент – Европа. В Европе впервые возникли командные игры с правилами: гольф, теннис, бильярд, футбол. Ребята, а вы хотите поиграть в футбол, но не простой, а веселый.

**Дети:** да.

**Игра “Веселый футбол”** *(показ и объяснение)*

Мы сейчас будем соревноваться командами, и у нас определятся самые ловкие ребята, которые добавят синее кольцо к символу Спортландии.

Зал делится на две равные части. Дети разбиваются на две команды. У обеих команд одинаковое число мячей (две корзины с мячами: 1 – с красными мячами, 2 – с синими). Под быструю музыку дети стараются забить мяч в ворота соперников. Игра заканчивается по окончании музыки. Оставшиеся на стороне команды мячи дети собирают в корзины и выстраиваются в шеренгу перед воротами. Подсчитывается количество мячей у каждой команды. Побеждает та команда, которая выполнит все правила и на чьей стороне окажется меньше мячей.

*(Музыкальное сопровождение.)*

**Воспитатель:** А вот и последнее кольцо - зеленое, обозначает Австралию, Мальчик Мел рассказал мне, что местные жители были хорошими охотниками. Главные качества их - меткость, быстрая реакция и выдержка. Давайте поиграем в игру “Хитрые кенгурята”.

**Игра “Хитрые кенгурята”**

*(Игра средней подвижности)*

*Объяснение правил игры*.

Из числа играющих выбирается охотник, остальные дети кенгурята. Играет музыка, дети кенгурята весело прыгают (выпрыгивание - показ воспитателем), по сигналу - “Охотник”, кенгурята замирают, стараясь не выдать себя движением, в противном случае охотник уводит кенгуренка с собой.

**Воспитатель:** Молодцы ребята! А сейчас Мел предлагает нам отдохнуть на берегу Тихого океана

**III. Заключительная часть (3-5 мин)**

**Релаксационное упражнение**

**Воспитатель:** Ложитесь на пол и представьте себе, что находитесь на солнечном берегу океана.

*(Звучит лёгкая музыка)*

**Воспитатель:** Ребята славно потрудились, движениями насладились. Сейчас мы глазки закрываем, дружно вместе отдыхаем.

Нам всем снится один и тот же сон. В этом сне мы видим небо, с прозрачным голубим воздухом, через который можно рассмотреть вселенную - мир необыкновенной красоты. Мы лежим под ярким, теплым солнцем на теплом песочке. Набираем в руки воображаемый песок *(на вдохе).* Сильно сжали пальцы в кулак, держим песок в руках *(задержка дыхания)*. Подняли руки вверх и высыпали песок на себя, постепенно раскрывая пальцы *(на выдохе).*

Стряхнули песок с рук. Расслабили кисти и пальцы, опустили руки на ковер.

(*Повторяем игру с песком ещё раз).*

- Мы прекрасно загораем!

Выше ногу поднимаем. Держим... Держим.. . Напрягаем... *(Дети подымают поочередно правую и левую ноги)*

Загорели! Опускаем!

Ноги мы не напрягаем. Мы сейчас их расслабляем.

*(Повторить игру с ногами еще раз)*

Затем пауза и на счет "Раз, два, три!" дети открывают глаза. А теперь все потянулись, сели, мило улыбнулись, дружно встали.

**Итог занятия**

**Воспитатель.** Дети подойдите, пожалуйста, к карте *(на стене висит карта мира, континенты обозначены соответствующими цветами: Америка – красный, Африка –черный, Европа – голубой, Азия – желтый, Австралия – Зеленый.)* Это карта нашей планеты Земля, на ней живёт много людей, с которыми вы сегодня познакомились: европейцы, азиаты, американцы, австралийцы, негры. А кольца, что мы собрали, символизируют мир и дружбу между людьми пяти континентов и объединяют спортсменов всей Земли.

*(Звучит музыка) Сюрпризный момент.*

Входит воспитатель в костюме медведя с олимпийской символикой *(житель страны Спортландии).*

**Медведь:** Я рад приветствовать вас в нашей стране. Если вы пришли в страну спорта и здоровья, значит вы сильные, ловкие, находчивые и самое главное дружные. Как раз такие ребята живут в Спортландии, они активно занимаются физкультурой, спортом, а через каждых 4 года самые сильные, ловкие, быстрые собираются на Олимпийских играх. И вы можете стать их участниками, если будете продолжать тренироваться, а чтобы вы не забывали о повседневных занятиях спортом, я вам подарю медали юных спортсменов *(Медведь дарит медали каждому ребёнку).* А теперь, спортсмены, направо, за мной шагом марш.

**Выход из зала.**