

«Страна Физкультурия»
Спортивное развлечение для детей старшего дошкольного возраста

Задачи: приобщать детей к здоровому образу жизни; продолжать развивать физические качества и умения детей; воспитывать желание заниматься физкультурой.

Оборудование: конусы – 4шт.; обручи - 4шт.; рейки - 8шт.; мячики малого диаметра – по кол-ву детей; вертикальная цель – 2 шт; мячи силиконовые – 2шт.; самокаты – 2шт.; музыкальное сопровождение.

Ход развлечения.

(Инструктор по физкультуре подходит к детям на участке)

Инструктор по физ - ре - Здравствуйте ребята!!!

(Появляется почтальон и вручает конверт ведущему)

Инструктор по физ - ре – Давайте откроем конверт и узнаем, что же это за послание.

Дети – Да!

Инструктор по физ - ре - «Здравствуйте ребята! Вам пишут жители страны Физкультурия. В нашей стране поселилась Лень и Болейка. Помогите, пожалуйста, с ними справиться!»

Инструктор по физ - ре – Какой ужас! Ребята, поможем жителям?

Дети – Да!

Инструктор по физ - ре - А что нужно надо делать, чтобы избавиться от Лени и Болейки ?

Дети – *(Ответы детей)*

Инструктор по физ - ре – Вы готовы?

Дети - Да!

Инструктор по физ - ре - Тогда в путь! Направо! Шагом марш!

(Дети проходят на спортивную площадку)

Виды ходьбы:

- в колонне по одному;
- широкий шаг, руки на пояс;
- семенящий шаг;
- полуприсед, руки на колени;

Бег:

- «змейкой»;
- с выносом прямой ноги;
- в умеренном темпе;
- переход на спокойную ходьбу;
- упражнение на дыхание.

(В центре площадки сидит на стуле Лень, а рядом Болейка)

Инструктор по физ - ре – Вот мы с вами и пришли в страну Физкультурия. С чего начнем, чтобы побороть лень?

Дети – С зарядки!!!

Инструктор по физ - ре – Правильно! Предлагаю провести разминку!
(ОРУ без предметов под музыкальное сопровождение)

Инструктор по физ - ре – А что же надо делать, чтобы не болеть?

Дети – (ответы детей)

Инструктор по физ - ре - Молодцы, предлагаю поделиться на две команды, и показать свою ловкость, смелость, выносливость.

(Дети делятся на две команды)

Инструктор по физ - ре - Готовы бороться с Лению и Болейкой?

Дети – Да!

Инструктор по физ - ре – Тогда слушайте первое задание.

1. «Полоса препятствий» - подбежать к первому обручу, пролезть в него правым боком, подбежать ко второму обручу, пролезть в него левым боком, обежать конус, передать эстафету следующему.

Инструктор по физ - ре – Молодцы ребята, справились с препятствием вы ловко. А сейчас задание второе! Укрепляем силу ног.

2. «Попрыгунчик» - Прыжки с зажатым коленями мячом до конуса, назад бегом, передать следующему.

Инструктор по физ - ре – Вот это молодцы! А меткость свою показать готовы ?

Дети – Да!

3. «Меткие стрелки» - Метание в вертикальную цель.

4. «Боулинг» - Сбить кегли по очереди.

Ведущий – Вы ребята молодцы! Объявляю веселые гонки!

5. «Гонки на самокатах» - Проехать на самокате до конуса, огибая конус проехать назад и передать эстафету следующему.

Инструктор по физ - ре – Вы ребята, молодцы! Со всеми заданиями справились.

(Лень и Болейка уходят)

Инструктор по физ - ре – Лень и Болейка ушли, жители страны Физкультурии очень рады, что у них есть такие смелые, ловкие и активные друзья.

(Подведение итогов, вручение медалей, дети уходят на свой участок)