Конспект физкультурного развлечения в средней группе.

Тема «Будущие олимпийцы».

**Цель.** Сохранение и укрепление здоровья детей. Формирование у детей привычки к здоровому образу жизни.

**Задачи**:

* Закреплять умение активно участвовать в играх с элементами соревнования;
* совершенствовать двигательные умения и навыки детей;
* развивать ловкость, выносливость, пространственную ориентировку;
* воспитывать волевые качества;
* поддерживать интерес детей к спорту, спортивным состязаниям.

**Оборудование:**

* игрушка – Белый медведь с эмблемой зимних олимпийских игр Сочи – 2014;
* две (три) пластмассовые клюшки;
* шайбы по количеству игроков;
* две (три) корзины;
* фишки;
* эмблемы для участников команд;
* маска Белого медведя;
* гимнастическая скамейка;

**Предварительная работа:**

* беседы на темы: «Что такое олимпиада?», «Зимние виды спорта»;
* просмотр мультфильмов – историй талисманов Сочи 2014 (материал на сайте http://talisman.sochi2014.com);
* рассматривание альбомов, открыток, журналов по данной теме;
* обучение элементам спортивной игры хоккей (владение клюшкой);
* дидактические игры «Назови вид спорта», «Угадай и покажи» и т.д.

**Ход развлечения.**

Дети в спортивной форме заходят в зал (звучит песня А.Пахмутовой «Герои спорта»), проходят маршем один круг и выстраиваются в шеренгу.

***Воспитатель:*** Ребята, скажите, вы знаете, что такое олимпийские игры? Да это спортивные соревнования. В них принимают участие спортсмены из разных стран. Они соревнуются в разных видах спорта.

В это году зимние олимпийские игры пройдут в нашей стране, в городе Сочи. У каждой олимпиады есть свои талисманы. Ребята, вы знаете, что талисманами сочинской олимпиады выбраны три персонажа. Кто они, назовите (Белый Мишка, Зайка и Леопард). Один из талисманов сегодня прилетел в наш детский сад, чтобы поиграть с вами. Встречайте! (Воспитатель вносит большую игрушку Белого медведя с эмблемой олимпиады.) Узнали кто это?

***Медведь:*** Здравствуйте ребята! Я – Белый Мишка – талисман Зимней олимпиады в Сочи. Я прилетел к вам в детский сад узнать, какая смена подрастает у наших спортсменов-олимпийцев. Но я так долго, летел в самолете, что лапы мои «затекли», глаза закрываются, хочется спать! Не знаете, что мне надо сделать, чтобы стать бодрым? Дети предлагают мишке сделать **зарядку-разминку.**

|  |  |
| --- | --- |
| ***Дети:*** |  |
| Мы — веселые ребята,  Мы — ребята-дошколята,  Спортом занимаемся,  С болезнями не знаемся. | *Ходят по кругу.* |
| Раз-два, два-раз!  Много силы есть у нас! | *Руки в стороны, пальцы раскрыты — руки к плечам, сжимают пальцы в кулаки.* |
| Мы наклонимся сейчас,  Полюбуйтесь-ка на нас! | *Наклоняются вниз.* |
| Раз-два! Не зевай!  С нами вместе приседай! | *Приседают.* |
| Раз — прыжок!  Два — прыжок!  Прыгай весело, дружок! | *Прыгают на обеих ногах в чередовании с ходьбой.* |
| Носиком сейчас вдохнем.  «У – у – у...» – скажем все потом. | *Вдыхают через нос, не поднимая плечи, на выдохе произносят: «*У – у – у...» |

***Медведь:***

Вот спасибо, ребятишки!

Благодарен детям мишка.

***Воспитатель:*** Ребята, какие зимние виды спорта вы знаете? (Дети перечисляют) А Белый мишка больше всего люблю хоккей! Хотите стать хоккеистами? Хоккеисты тренируются не только в зале и на льду, но и на улице. И не только зимой, но и весной, и осенью и летом. Давайте представим, что сейчас лето и мы с вами вышли на тренировку.

**Хороводная игра «Вышел мишка на лужок»**  Р. Кауке

|  |  |
| --- | --- |
| Вышел мишка на лужок,  Собрались мы все в кружок. | *Дети идут по кругу, взявшись за руки.* |
| Мишка хлопает в ладоши —  Он у нас такой хороший,  С мишкой хлопайте, ребята.  Ну-ка, вместе: раз, два, три... | *Дети останавливаются. Хлопают в ладоши.* |
| А теперь — замри! | *Берут друг друга за руки и «замирают».* |
| Вышел мишка на лужок,  Собрались мы все в кружок. | *Дети идут по кругу, взявшись за руки.* |
| Мишка бегает, как ветер —  Он быстрее всех на свете.  Эй, ребята, догоняйте!  Ну-ка, вместе: раз, два, три... | *Бегут в среднем темпе друг за другом по кругу.* |
| А теперь — замри! | *Берут друг друга за руки и «замирают».* |
| Вышел мишка на лужок,  Собрались мы все в кружок. | *Дети идут по кругу, взявшись за руки.* |
| Мишка ползает проворно —  Кто из вас его догонит?  Ну-ка, дети, не робейте!  Ну-ка, вместе: раз, два, три... | *Дети встают на «четвереньки», ползут друг за другом по кругу.* |
| А теперь — замри! | *Берут друг друга за руки и «замирают».* |
| Вышел мишка на лужок,  Собрались мы все в кружок. | *Дети идут по кругу, взявшись за руки.* |
| Мишка весело хохочет —  Он у нас такой хороший!  Смейтесь с мишкою, ребята.  Ну-ка, вместе: раз, два, три... | *Дети смеются.* |
| А теперь — замри! | *Берут друг друга за руки и «замирают».* |

***Воспитатель:*** Прежде чем выйти на лед все хоккеисты разминаются и тренируются в зале. Для того чтобы хорошо играть в хоккей спортсменам нужны сильные, быстрые ноги. Мишка, посмотри, какие быстрые ноги у наших ребят. Поиграй с нами.

**Игра «Поиграем с мишкой»** (И. Черницкой)

Мишка, мишка-лежебока,

Хватит спать, хватит спать!

Мы хотим с тобою, мишка,

Поиграть, поиграть!

Ты веселых ребятишек

Догоняй, догоняй!

Ну-ка, мишка, ну-ка, мишка,

Нас поймай! Нас поймай!

Дети подходят к «мишке» и убегают, «мишка» догоняет ребят. Первый раз игра проходит с игрушкой-мишкой в руках у воспитателя. Повторно предлагается ребенку одеть маску и стать «мишкой».

***Воспитатель:*** Еще хоккеистам нужны сильные руки.

**Упражнение «Мишка»** на напряжение и расслабление мышц рук

|  |  |
| --- | --- |
| Мишка до пяти считает,  Мишка гири поднимает. | *Разводят руки в стороны, сжимают пальцы в кулаки, с силой сгибают руки к плечам и разводят их в стороны.* |
| Раз, два, три, четыре, пять! | *Поднимают руки вверх, напрягая мышцы.* |
| Буду гири опускать. | *Опускают руки вниз и расслабляют их.* |

***Воспитатель:*** Хоккей – командная игра. И каждый игрок отвечает не только за себя, но и за свою команду. Сейчас мы тоже разделимся на команды и проверим, как вы умеете играть в команде. (Дети делятся на две или три команды в соответствии с эмблемами на футболках)

**Эстафета с шайбой** (звучит песня А.Пахмутовой «Трус не играет в хоккей»).

На одной стороне зала ставятся две (три) корзины. На другой стороне – дети. Дети делятся на две (три) команды. У каждого ребенка в руках «шайба». По сигналу первый ребенок от каждой команды бежит к корзине кладет в нее шайбу и возвращается к команде. Передает эстафету следующему участнику, коснувшись его за плечо, и встает в конец колонны. Следующий ребенок делает тоже самое. Побеждает та команда, которая первая правильно выполнит задание.

***Воспитатель:*** Очень важно для хоккеиста – уметь забивать шайбу в ворота.

**Соревнование «Забей шайбу»** (звучит песня О. Газманова «Хоккей»).

На одном конце зала двое (трое) «ворот», дети делятся на две (три) команды. У первого игрока каждой команды в руках клюшка, а рядом корзинка с шайбами. Каждый игрок команды берет шайбу, «ведет» ее до линии и делает бросок по воротам. Возвращается к команде, передает клюшку товарищу и идет в конец колонны. Если ребенок забивает гол, команда получает очко (фишку). Побеждает команда, у которой больше всего фишек.

***Воспитатель:*** А теперь проверим ловкость наших будущих хоккеистов.

**Эстафета «Перепрыгни через скамейку с упором на руки».**

Команды детей стоят на одной стороне площадки. На середине стоят скамейки. Первый игрок каждой команды подбегает к скамейке берется руками за ее края, перепрыгивает, отталкиваясь двумя ногами, не отпуская рук, добегает до противоположного края площадки. В это время второй ребенок начинает выполнять задание и т.д. Побеждает та команда, которая первая правильно выполнит задание.

***Медведь:*** Вы молодцы, ребята! У наших спортсменов-олимпийцев растет достойная смена. Вы ловкие, смелые, дружные; любите спорт и физкультуру. И если даже вы не станете чемпионами и рекордсменами, то вырастите здоровыми и сильными людьми.

***Воспитатель:*** Уважаемый Белый Мишка, разрешите наградить наших победителей и остальных спортсменов-хоккеистов медалями. (Все дети получают медали – золотые, серебряные, бронзовые.)

***Медведь:*** Мне пора возвращаться в город Сочи, готовиться к зимней олимпиаде.

***Воспитатель:*** Давайте на прощание поиграем еще в одну игру.

**Финская народная ритмическая игра «Медведь»**

|  |  |
| --- | --- |
| Белый мишка лапой топ,  Лапой топ, лапой топ.  И другою лапой топ,  Топ-топ, топ-топ, топ-топ-топ! | *Топают сначала одной ногой, затем другой половинными длительностями.* |
| Белый мишка лапой хлоп,  Лапой хлоп, лапой хлоп.  Громко-громко хлоп-хлоп-хлоп,  Хлоп-хлоп, хлоп-хлоп, хлоп-хлоп-хлоп! | *Хлопают в ладоши четвертями.* |
| Белый мишка по коленкам  Шлеп-шлеп-шлеп, шлеп-шлеп-шлеп!  Белый мишка по коленкам  Шлеп-шлеп, шлеп-шлеп, шлеп-шлеп-шлеп! | *Ударяют ладонями по коленям четвертями в более подвижном темпе.* |

Дети прощаются с Белым Мишкой. (Звучит песня А. Пахмутовой «Герои спорта») Дети идут строем по залу и выходят из него.