

Спортивна розвага “Ми спритні та сміливі”

Мета: створити умови для активного відпочинку дошкільнят. Учити дітей гратися дружно, викликати бажання брати участь в іграх-естафетах і перемагати в них, уболівати за друзів. Розвивати групи м'язів, тулуба, рук, ніг, вольові якості в умовах змагань. Вдосконалювати навички виконання основних рухів, а також відповідних дій і іграх з правилами. Виховувати патріотичні почуття, любов до фізкультури і спорту, викликати бажання перемагати командою.

Обладнання: торбинки з піском, 2 великі м'ячі, 4 дуги, 2 великі мішки, повітряні кульки, ракетки(вініки), музичний супровід, медалі.

Хід розваги.

(Під музику виходять діти і шикуються одна напроти одного).

Вчитель: Увага! Увага! Спішіть поспішайте!

Спортивну розвагу ніхто не минайте!

Бо дружні команди зібрались на ній

Здорові, веселі, спортивні малята!

Дитина: Ми маленькі українці,

Хлопці і дівчата

Хоч слабкі у нас ще руки,

Та душа завзята.

Дитина: Бо козацького ми роду,

Славних предків діти,

У садку ми вчимося

Рідний край любити.

Дитина: Між собою всі ми друзі

Ми-одна родина

І шануємо як матір

Рідну Україну.

Вчитель: Добрий день! Добрий час! Рада бачити всіх вас. Щиросердно вас вітаю і здоров'я всім бажаю

Сьогодні в нашому класі проходить спортивна розвага під назвою.

Діти разом: “Ми дружні, спритні та сміливі”

Вчитель: В спортивній розвазі приймають участь дві команди. Залюбки приставляю учасників команд.

Команда “Дужі”

Ваш девіз: “Ми зі спортом дружимо,

Виростаємо дужими”

Команда “Жваві”

Ваш девіз: “А ми діти браві

У змаганнях жваві”

Вчитель: На нашій розвазі також присутні журі, які будуть оцінювати наші

змагання між командами. Але перед тим як почати наші змагання журі оголоси правила які будуть враховуватись в ході оцінювання змагань.

Голова журі: Шановні учасники змагань, послухайте основні правила змагань.

- Чесно дотримуватись правил;
- Бути справедливими, вимогливими до себе та товаришів;
- Прагнути доводити боротьбу до кінця;
- Не зізнаватися, досягнувши перемоги;
- Не плакати у разі поразки.

Вчитель: Перш ніж будемо змагатись. Командам треба розім'ятись.

Дитина: Щоб зрости нам сильними,

Спритними, сміливими,

День у день за розпорядком,

Ми виконуємо зарядку!

Вчитель: Діти сьогодні ми з вами виконаємо комплекс ранкової гімнастики який називається “Дні тижня”, і ще раз з вами повторимо послідовність днів у тижні.

Отже “Понеділок”, це перший день тижня ми з вами ідемо до дитячого садочка.

Ось ми прийшли у наш дитячий садок.

Перший день тижня “Понеділок”

1.Вправа. Почергове піднімання рук.

В.п.-ноги разом, права рука вгорі, ліва внизу.

Виконуємо бр.

“Вівторок”

2.Вправа. Нахили тулуба вперед та назад.

В.п.-ноги разом, руки на поясі.

1-нахилити тулуб вперед

2-нахилити тулуб назад

Виконуємо 6-8р.

Ось і настав третій день Середа, середина тижня. Зараз наші ручки будуть зустрічатися у садочку.

3.Колони повертаються обличчям один до одного, стаємо на коліна, руки по переду прямі

1-діти сходяться один до одного торкаються руками

2-відходять так же само назад.

Виконуємо 6-8р.

Тепер наступив четвер

4.Вправа

В.п.-лежачи на спині, руки вздовж тулуба.

1-повільно піднімаємо ноги разом вгору

2-повернутись у в.п.

Виконуємо 6-8р.

Тепер ми у п'ятницю з дітками покатаємося на велосипедах.

5.Вправа.

В.п.-лежачи на спині, руки вздовж тулуба.

1-4-рухи ногами, імітуючи їзду на велосипедах

5-повернутись у вихідне положення.

Виконуємо (35с)

Наступний день тижня субота-це вихідний, і ми з вами не йдемо у дитячий садок, а граємося вдома

6.Вправа.

В.п.-ноги разом, руки на плечах.

1-робимо стрибок вгору, руки вгору, ноги в сторони

2-вернутись у в.п.

Виконуємо 6-8р.

Останній день тижня Неділя, ми знову граємося вдома.

7.Вправа.

В.п.-ноги разом, руки покладені на живіт

1-ручками злегка притискаємо живіт робимо (видих)

2-відтискаємо руки із животика робимо (вдих)

А тепер давайте всі разом скажемо дні тижня.

(діти разом називають дні тижня).

Вчитель: Отже настав час для випробувань. Починаємо змагання.

1.Конкурс. “Вантажить вагон”

На цукровому заводі виробляють цукор, який в мішках вагонами відправляють у різні куточки України та за кордон.

За командою учасники переносять на голові мішечок “з цукром” спортивною ходьбою, і складають його у “вагон”. Дитина повертається назад та стає в кінці команди. Перемагає команда, яка швидше справиться із завданням.

(Після гри визначають переможців конкурсу).

2.Конкурс. “Естафета з гарбузом”

Учасники 2 команд. Кожен по черзі прокочує гарбуз вузькою доріжкою, об кочує кругом пенька і передає наступному учаснику. Виграє той, хто виконає завдання всією командою найшвидше.

3.Естафета “Тунель”

Учасники 2 команд по черзі пролазять крізь тунель і повертаються назад та стають у кінець команди. Перемагає команда, яка швидше справиться із завданням.

(Після гри визначають переможців)

4.Конкурс “Стрибки в мішках”

За командою ведучої діти стрибають на обох ногах в мішках до куба і навколо

нього, бігом повертаються назад та передають естафету іншому гравцю.
Отже команди при готовились.

5.Конкурс. “Пронеси кульку на ракетці (вінику)”

Правила конкурсу. Тримаючи в руках ракетку (виник) на якому лежить повітряна кулька, дітям потрібно пронести кульку так, щоб кулька не впала додолу. Перемагає команда, яка швидше справиться із завданням.

Вчитель: Увага! Всім учасникам! Слово надається журі змагань.
Журі оголошують підсумок змагань.

Витель: Раз, два, три, чотири, п'ять.

Важко було рахувать,
Ці команди спритні дуже,
А також кмітливі й дужі.
Як одна вперед піде,
Друга зразу ж дожене.
Що ж тут нам було робити?
Треба всіх нагородити!
Всім, що бігали, змагались,
та стрибали залюбки-
Ми вручаємо медалі!

(Журі вручають командам медалі)

Вчитель:Чемпіоном стать не просто...

Тож нехай малі ви зростом,
Небагато літ пройде,
ваша черга підійде.
Хай летять в усі кінці
Ви малята, молодці!!!

Закінчилась розвага ура, ура, ура!
Втомилися малята, до класу їм пора.
Тож в колону всі ставайте,
І до класу повертайтеся.