Спортивное развлечение

*Олимпийцем стать хочу*

МБДОУ

Детский сад № 4

Город Микунь

Воспитатели:

Молчанова С.А.

Суслова Т. Б.

2014 год.

Программное содержание

* привитие навыков здорового образа жизни.
* Совершенствовать физические навыки и умения, эмоционально-волевые качества в условиях соревнования.
* развивать быстроту, ловкость, внимательность; воспитывать командный дух;
* доставить положительные эмоции от праздничной атмосферы.

**Ведущий**:

 Здравствуйте, уважаемые взрослые и дети. В феврале в городе Сочи будут проводиться Зимние Олимпийские игры.   
Вот и мы с вами проведем малые зимние Олимпийские игры в нашем детском саду. Я приглашаю вас в зимнюю сказку, страну зимних игр и развлечений, но для этого нужно взять с собой спортивный характер и здоровье. Прежде, чем начать наши малые зимние Олимпийские игры, сделаем небольшую разминку.

На спортивную площадку приходит леопард. **Леопард**. Здравствуйте ребята! Вы узнали меня? Я горный спасатель-альпинист Леопард. А живу я в кроне огромного дерева, которое растет на самой высокой скале в заснеженных горах Кавказа. Я всегда готов прийти к вам на помощь. Я очень люблю сноуборд и хочу научить и вас этому спорта. Я очень веселый и не могу жить в одиночестве и очень люблю танцевать и заниматься спортом. Давайте вместе сделаем разминку.   
Под музыку проводится веселая зарядка.

Чтобы сильным стать и ловким,

Приступаем к тренировке.

Мы шагаем по сугробам,

По сугробам крутолобым.

Поднимай повыше ногу,

Проложи другим дорогу.

Не боимся мы пороши-

Ловим снег, хлопок в ладоши!

Руки в стороны по швам-

Снега хватит вам и нам!

На одной ноге постой–ка

Будто ты солдатик стойкий.

Ногу левую – к груди,

Да смотри не упади!

А теперь постой на левой,

Если ты солдатик смелый.

Встали смирно, без движенья,

Начинаем упражнение.

Руки вверх подняли – раз

Выше носа, выше глаз!

Прямо руки, вверх держать,

Не качаться, не дрожать!

Два – опустили руки вниз,

Стой на месте, не вертись!

Повторяя. Не спешите

Хорошо. Ровней дышите.

Раз - и вверх,

Два - и вниз.

Повторяй, не ленись.

Упражнение второе:

Положенье рук иное.

Отодвинули немножко

От одной другую ножку

Будем делать повороты

Выполняйте все с охотой.

Чтоб ногам работу дать,

будем дружно приседать.

Кто присел раз 6 иль 5

Может тихо постоять.

Отдохнули, а затем-

Начинать подскоки всем.

Чтобы руки не устали,

Мы на пояс их поставим.

Прыгаем как мячики

Девочки и мальчики.

Носом – вдох, а выдох – ртом,

Дышим глубже…

А потом марш на месте,

Не спеша-

Как погода хороша!

**Ведущая:** Открывает наш парад.

Дружных дошколят отряд.

Идет перед нами спортивная смена,

И все они в будущем - спортсмены.

И пусть подрастут, и в дороге пробьются

И в Сочи побед они точно добьются.

Празднику спортивному рада вся семья

**Все:** Ура! Ура! Ура!

**Ребёнок:** Если хочешь быть умелым,

Ловким, быстрым, сильным, смелым,

**2-й:** Научись любить скакалки, мячик, обручи и палки

**3-й:** Никогда не унывай!

**4-й:** В цель снежками попадай,

**5-й:** В санках быстро с горки мчись

И на лыжи становись!

**6-й:** Вот здоровья в чём секрет!

Будь здоров! Физкульт - ….!

**Дети:** ПРИВЕТ!

Проводится круг почета. Капитаны каждой команды несут в руках «Олимпийский огонь».

**Ведущая:** Сегодня на открытии нашей малой олимпиады мы рады приветствовать команды « Белый медведь» и «Зайка»

**Приветствие команды « Белый медведь»**

Здравствуй, светом  озарён,

Наш дошкольный стадион!

Тренируясь, мы растем –

Мы сильнее с каждым днем!

Команде «Зайка» -  физкульт - привет!

**Приветствие команды « Зайка».**

На любимом стадионе все рекорды мы побьем!

И на смену чемпионам очень скоро мы придем!

Команде « Белый медведь» - физкульт - привет!

**Ведущий:** Дружно, весело, как надо

 Мы начнем Олимпиаду! Зимние Олимпийские игры открыты!

**Первая эстафета: *«Чья команда быстрее донесет******олимпийский огонь».*** Команды строятся в колонны по одному на линии старта. По сигналу первый игрок бежит до поворотной стойки, возвращается в свою команду и передает факел другому участнику.

**Вторая эстафета*: «Собери олимпийские кольца»***. Команды строятся в колонны по одному на линии старта. По сигналу первый игрок бежит за обручем, выкладывает и возвращается в свою команду и передает эстафету другому участнику.

**Третья эстафета:**  ***«Гонки санок».*** По сигналу воспитателя один участник каждой команды садится лицом вперёд и, отталкиваясь ногами, передвигается до поворотной стойки

**Четвертая эстафета: *«Бег на одной лыже»****.* Команды строятся в колонны по одному на линии старта. По сигналу первый игрок надевает на одну ногу лыжу и бежит до поворотной стойки,  возвращается в свою команду и передает эстафету другому участнику.

**Пятая эстафета:  *«Ну-ка, берегись»***. Пара саней, ставятся на расстоянии 3-4 метров. Два игрока садятся на них лицом друг к другу и берут в руки веревки саней соперника. Между санями чертится линия. По сигналу игроки начинают тянуть веревки на себя, подняв ноги на санки. Выигрывает участник, который перетянул соперника через черту на «свою» территорию.

**Шестая эстафета: *«Меткие стрелки»****.* По сигналу один участник каждой команды пробегает от линии старта до линии метания, берет мяч и метает в корзину Белому медведю (ледяная скульптура), добегает обратно до линии старта и передает эстафету следующему участнику.

**Подведение итогов**

**Ведущий.** Сегодня мы закрываем наши зимние олимпийские игры. Олимпиада объединяет всех людей, живущих на планете Земля. Вы показали  свои спортивные достижения. Я вам всем желаю больших успехов и новых спортивных побед.

Пусть мороз трещит,

Вьюга в поле кружит -

Малышам - крепышам

 Не страшна стужа!

Молодцы у нас ребята:

Сильные и смелые,

Дружные, весёлые,

Быстрые, умелые!

**Вручение медалей. (Звучит гимн России)**

Круг почета.