0Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 52 пгт. Дружинино

Физкультурное развлечение «Малая олимпиада дошколят»

Подготовительная группа.

 Подготовила: инструктор по физической культуре Третьякова О. В.

29.11.2021г.

 2021 г.

 **«Малая олимпиада дошколят»**

**Цели и задачи:**

Формирование навыков здорового образа жизни;

Развитие физических качеств личности и укрепление здоровья старших дошкольников.

 **Ход занятия:**

**Ведущий:**

Внимание! Внимание!

Начинаем соревнование!

В нашей сказочной стране

Все спортсмены во дворе.

Приглашаем всех ребят

На олимпиаду дошколят!

Вот теперь пора представить

Две команды дошколят.

Приготовились, встречайте

Олимпийских дошколят!

*Под аплодисменты зрителей и запись спортивного марша на спортивную площадку выходят две команды детей. Юные спортсмены приветствуют соперников рукопожатием.*

**Ведущий:** На сегодняшней малой олимпиаде дошколят встречаются две спортивные команды – команда «Крепыши» и команда « Силачи»

Звучит торжественная музыка.

**Ведущий:** Желаемучастникам соревнований удачи и успехов. А если и проиграете, запомните: у нас нет проигравших – все спортсмены.

**Первое соревнование – Спасатели.**

«Крепышам» и «Силачам» предлагается проявить силу и выносливость при спасении людей из затопленной подводной лодки. Вам предстоит откачивать воду, отжимаясь. Чья команда сделает больше отжиманий и откачает больше воды, та и победит в этом соревновании.

Упражнение выполняется из исходного положения в упоре лёжа, руки располагаются ладонями на ковре. Пальцы ладоней разведены, кисти на ширине плеч. При выполнении отжимания колени или живот не должны касаться поверхности опоры. (Педагог должен следить, чтобы дети не перетруждались, выполняя отжимания).

Судья заносят в протокол результат каждого участника, а затем подсчитывают общее число отжиманий каждой команды.

**Ведущий:** Следующее задание-викторина.

*Ведущий задаёт каждой команде по очереди стихотворные загадки, а ребята должны отгадать и ответить хором (возможно, отвечает один из ребят).*

Есть слова съедобные – это булки сдобные,

Есть слова прекрасные – это розы красные,

А ловкие и сильные есть слова спортивные.

И лишь в рифму называйте.

**(команде « Крепыши»)**

Звучит свисток – забили гол

Игра зовётся как? (Футбол)

**(команде «Силачи»).**

Да, был вопрос довольно прост

Теперь задам сложней:

В игре есть шайба, клюшка, лёд

Играем мы в … (хоккей)

**(Команде «Крепыши»)**

Им даже старик заниматься готов

В наш быстрый, стремительный век.

Этот вид спорта прославил Борзов

И он называется …(бег)

**(команде «Силачи»)**

Натянуты мускулы, словно стрела,

Идут состязанья особого ранга.

И сила здесь больше, чем ловкость, нужна,

В руках у спортсмена тяжёлая…(штанга)

**(Команде «Крепыши»)**

Я самый смелый из спортсменов,

Я в цель иду сквозь ветра свист.

Земля – мой финиш. Старт мой – небо,

Как я зовусь? (Парашютист)

**(Команде «Силачи»)**

Вся в квадратах – белых, чёрных,

Деревянная доска.

А ряды фигур точёных –

Деревянные войска.

Люди их передвигают, коротают вечера.

Люди в …(шахматы) играют, интересная игра.

После проведения спортивно-интеллектуального конкурса жюри подводит итоги и объявляет результат.

**Ведущая:** Молодцы, ребята. Справились со сложными загадками Викторины. А теперь пора провести следующий спортивный конкурс и на время превратиться в водителей вездеходов. Каждой команде предстоит пройти длинный путь. Передвигаться нужно на «задних» низких четвереньках, ногами вперёд. Словно вы располагаетесь за рулём автомобиля и делаете задний ход. Выезжать на трассу можно только, когда прошёл свой путь, стоящий впереди вас участник соревнования.

Данный вид состязания проводится в виде эстафеты. Длина всей дистанции 10 метров (5 метров в одну сторону и 5 метров обратно). Стартовое положение должно быть следующим: и. п. на «задних» низких четвереньках, носки ступней располагаются на стартовой линии. Участник должен проследовать на четвереньках пять метров до кегли (любой лёгкой опоре), обойти её и вернуться на старт, передав эстафету следующему участнику. Если во время движения была допущена ошибка или сбита кегля, начисляется штрафное очко. Выигрывает та команда, которая первой завершила эстафету и набрала меньшее количество штрафных очков.

**Ведущая:** Задание было сложное, но ребята с ним справились. А теперь вам предстоит стать сильными и умелыми артиллеристами, которые могут стрелять далеко и метко из своей пушки.

Но пушка эта, конечно, не настоящая, а сказочная и стреляет она не ядрами, а мячами. Послушайте условие спортивного конкурса.

Соревнование проводится в виде командной эстафеты – кто дальше метнёт мяч. От стартовой линии первый участник садится на стул, ступни ног прижаты к земле (к полу). Берёт в обе руки мяч средней величины, на вытянутых вверх руках из-за головы метает его в длину, при этом не должен оторвать ягодицы от сиденья стула, а ступни от пола. Судья точно определяет место падения мяча и делает отметину.

Каждому участнику предоставляется три попытки подряд. Поперечной чертой отмечается место падения мяча в лучшей попытке. Выигрывает та команда, дистанция которой стала больше.

**Ведущая:** Стрелять из пушки, молодцы,

Вы научились сразу.

А вот летать вы удальцы?

Полёт на Марс покажем?

Сейчас каждому участнику предстоит осуществить полёт на ракете. На Марсе терпят бедствия марсиане. Вам нужно как можно быстрее долететь до планеты и спасти жителей Марса.

Команда делится на две части – четыре человека с одной стороны дистанции, четыре человека с другой. Бег на дистанцию, передача эстафеты следующему участнику (передаём кеглю из рук в руки). Побеждает та команда, которая без ошибок первой закончит беговую эстафету.

**Ведущая:** Сейчас предложим вам игру –

Попрыгать, словно кенгуру.

Кто совершит длинней прыжок,

А ну, попробуй-ка, дружок!

Вы поняли, что следующее состязание мы проводим между командами прыгучих кенгурят-крепышей и кенгурят-силачей. Чья же команда дальше запрыгнет?

Каждому участнику предоставляется по три попытки – прыжка в длину с места. В зачёт идёт только лучшая попытка. Место приземления отмечается по пятке, ближе стоящей к месту отталкивания стопы. Следующий участник каждой команды начинает прыгать с места приземления предыдущего спортсмена. Правильной перед отталкиванием считается поза, когда туловище и конечности находятся в полусогнутом состоянии. По итогам соревнований замеряется общая длина прыжков всех участников команды. Выигрывает та команда, у которой большая общая длина прыжков.

**Ведущая:** Ребята, пока жюри совещается, мы проведем конкурс сообразительных. Спортсмены не только сильны телом, но и грамотные ребята, знают много интересного. Проверим, какая команда более сообразительная и грамотная. Слушайте внимательно, стихотворные загадки я буду задавать по очереди каждой команде.

**(команде» Силачи»)**

Запорошили дорожки,

Разукрасили окошки.

Радость детям подарила

И на санках прокатила. (Зима)

**(команде «Крепыши»)**

Назовите-ка, ребятки,

Месяц в этой вот загадке:

Дни его – всех дней короче,

Всех ночей длиннее ночи.

На поля и на луга

До весны легли снега.

Только месяц наш пройдёт,

Мы встречаем Новый год (Декабрь)

**(Команде «Силачи»)**

Щиплет уши, щиплет нос,

Лезет в валенки мороз.

Брызнешь воду – упадёт

Не вода уже, а лёд.

Даже птице не летится,

От мороза стынет птица.

Повернуло солнце к лету.

Что, скажи, за месяц это? (Январь)

**(команде «Крепыши»)**

Снег мешками валит с неба,

С дом стоят сугробы снега.

То бураны, то метели

На деревню налетели.

По ночам мороз силён,

Днём капели слышен звон.

День прибавился заметно.

Ну, так что за месяц это? (Февраль)

**(Команде «Силачи»)**

Наступили холода.

Превратилась в лёд вода.

Длинноухий зайка серый

Обернулся зайкой белым.

Перестал медведь реветь:

В спячку впал в бору медведь.

Кто скажет, кто знает,

Когда это бывает? (Зима)

**(команде «Крепыши»)**

Меня не растили.

Из снега слепили.

Вместо носа ловко

Вставили морковку.

Глаза – угольки.

Руки – сучки.

Холодная, большая,

Кто я такая? (Снежная баба).

Ведущая предоставляет слово членам жюри. После объявления общего итога происходит награждение команд. Команде победительнице предоставляется право совершить круг почёта по спортивной площадке.

**Ведущая:**

Пора приходит расставаться,

Но спортом надо заниматься

Не только в праздничные дни,

Но каждый день. Физкуль-привет! (Под музыку дети выходят из зала)