Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад «Светлячок»

**Конспект спортивного праздника**

**«Учимся дружить»**

для детей средней группы

Разработал и провёл

инструктор по физической культуре

Киреев А.О.

с. Мильково

Ноябрь, 2021 год.

**Цель:**

Развитие у детей интереса к физкультурным занятиям;

Формирование положительного настроения от занятия физической культурой.

**Задачи:**

* Обучать навыкам основных видов движений: перепрыгивать из обруча в обруч, ходьба приставным шагом, приучать детей к контролю и самоконтролю.
* Продолжать формировать навык ориентировки в пространстве, используя разные варианты двигательных действий детей.
* Формировать правильную осанку, культуру движений.
* Развивать у детей силу, выносливость, ловкость, координационные способности.
* Развивать умение чувствовать ритм, улучшать музыкальный слух, внимания, умение согласовывать движения с музыкой.
* Прививать ребёнку желание обращать внимание на самого себя, на свой организм и тело.

**Оборудование:** Гимнастическая скамейка, обручи, кочки.

**Ход мероприятия**

1. ***Подготовительная часть***

Дети входят в зал в колону по одному. Строятся в шеренгу.

**Инструктор:** Здравствуйте, ребята!

Вам физкульт ура, ура!

Мы – здоровая семья.

Вам хочу друзья признаться

Что люблю я по утрам

Физкультурой заниматься

Что советую и вам

Всем зарядку делать надо,

Много пользы от нее

А здоровье – вот награда

За усердие твое.

**Инструктор:** Ребята, а сегодня, мы и посмотрим, на сколько вы дружная команда! Я вам предлагаю необычное занятие, путешествие в сказку «Маша и медведь», она вам знакома. А героев сказки кто может назвать (дети называют героев сказки).

**Инструктор:** Молодцы! Ребята, смотрите, а вот и сама Маша, в гости к нам спешит!

**Маша:** Здравствуйте ребята! Я услышала что у вас тут проводится занятия по физкультуре, а я вот не умею заниматься. Ребята, а можете меня научить заниматься физкультурой, а то мишка ленивый и неуклюжий меня учить не хочет.

**Инструктор:** Ребята, давайте научим Машу (ответы детей). Вот здорово! А сейчас проверим мышцы наших ног и рук, какие они? (ответы детей). Правильно они мягкие, слабые, предлагаю начать занятие. Готовы? Тогда в путь!

Построение в шеренгу, равнение, перестроение в колонну поворотом переступанием. Ходьба в колонне по одному, бег обычный, упражнение на восстановление дыхания «Руки к солнцу поднимаем, вырастаем, вырастаем».

- Ходьба мелким шагом.

- Ходьба широким шагом.

- Бег мелким шагом.

- Бег широким шагом

1. ***Основная часть***

**Инструктор:** Ребята! А посмотрите, кто к нам ещё в гости пришёл (дети отвечают). Да это мишка, он, наверное, тоже хочет с ними позаниматься.

**Мишка:** Здравствуйте ребята! Маша, а что ты тут делаешь?

**Маша:** Меня ребята обещали научить заниматься физкультурой.

**Мишка:** Ребята, а вы не могли бы и меня научить? (дети отвечают)

**Инструктор:** Ребята, проверьте ваши мышцы ног, они напряжены, они получили нагрузку, но и не только они, работает весь наш организм, наше тело разогрелось, предлагаю продолжить наше путешествие.

Построение по периметру зала.

**ОРУ**

1. И. п. — стойка ноги на ширине ступни, руки вниз. Поднять руки в стороны, вверх, хлопнуть в ладоши над головой; опустить руки через стороны вниз, вернуться в и. п. (5—6 раз).

2. И. п. — стойка ноги врозь, руки на пояс. Наклониться вперед, хлопнуть в ладоши перед собой, выпрямиться, вернуться в исходное положение (5—6 раз).

3. И. п — стойка на коленях, руки на пояс. Поворот вправо/влево, коснуться пальцами рук носков ног, вернуться в исходное положение (5-6 раз).

4. И. п. — лежа на спине, руки вдоль туловища. Поднять правую (левую) ногу вверх, опустить ногу, вернуться в исходное положение (5-6 раз).

5. И. п. — стойка ноги слегка расставлены, руки вдоль туловища произвольно. Прыжки на двух ногах на месте под счет воспитателя или удары в бубен. После серии прыжков ходьба на месте (3—4 раза).

**Инструктор:** Ребята, а давайте вспомним и покажем как Маша пекла пирожки для бабушки и дедушки (дети выполняют имитационные движения под текст):

Сначала нужно насыпать муки на стол

Взяли кувшин, налили молоко

Соль, сахар, яйцо, ваниль

Замесили тесто и пирожки слепили

В печь посадили

**ОВД**

1. Прыжки из обруча в обруч (руки на поясе)

2. Ходьба по кочкам приставным шагом (руки на поясе)

3. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками.

1. ***Заключительная часть:***

**Инструктор:** Ребята, а теперь потрогайте мышцы ваших рук и ног. Они напряжены. А это значит, что вы получили нагрузку на весь организм и стали сильнее и здоровее. Пока мы занимались, наши пирожки испеклись.

**Инструктор:** Вот и попали мы в сказку «Маша и медведь», а они приготовил для нас игру: «Гуси-лебеди»/«Жмурки»/«Хитрая лиса».

**Инструктор:** Присаживайтесь на скамейку. Вы довольны? Вам понравились игры? Потрогайте свое тело, какое оно сейчас? (оно теплое и влажное). На лбу собрались капель трудового пота. Значит, вы занимались от души с любовью и стараньем. Какие упражнения вам запомнились? Какое упражнение было выполнять легче, а какое труднее? А какое упражнение вы пожелаете выполнять нашим гостям?

**Инструктор:** Если вы останетесь такими же дружными, вы всегда сможете справиться со всеми заданиями.

Построение в шеренгу.

**Инструктор:** «Вот и закончилось наше сказочное путешествие. Но это еще не всё….»

**Маша:** «Спасибо большое, что вы научили меня заниматься физкультурой, я для вашей группы приготовила для вас угощения за ваши сегодняшние успехи»

**Инструктор:** Давайте попрощаемся с нашими гостями, и скажем наш девиз «Здоровье в порядке, спасибо зарядке». Спасибо за занятие ребята!