

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Советский
детский сад №2 «Березка» Советского района Республики Крым**

**Сценарий проведения физкультурного досуга с
использованием игровой
и здоровьесберегающей технологии
в средней группе**

на тему: «Мы растем здоровыми, крепкими, веселыми».

Воспитатель:
Алиева
Фера Сеитвелиевна

Цели деятельности педагога:

Познавательное развитие: Формировать у детей интерес и ценностное отношение к занятиям спортом. Развивать психические процессы: память, мышление, внимание, воображение; физические качества: скорость, быстроту, ловкость, красоту и правильность выполнения движений, умение действовать по сигналу. Воспитывать устойчивый интерес к здоровому образу жизни, стремление помочь, умение сопереживать, работать в коллективе.

Речевое развитие: Развивать речевую активность детей в процессе двигательной деятельности.

Социально-коммуникативное развитие: Развивать умение общаться и взаимодействовать с взрослыми и сверстниками в процессе двигательной деятельности.

Физическое развитие: Обеспечить оптимальную двигательную активность детей. Формировать правильную осанку во всех видах двигательной активности. Укреплять дыхательную, сердечнососудистую систему организма. Развивать самостоятельность в двигательных действиях, осознанное отношение к ним; способность к самоконтролю при выполнении движений. Совершенствовать умение ориентироваться в пространстве.

Художественно-эстетическое развитие: Формировать эстетические чувства при выполнении физических упражнений, в согласованности действий, умение видеть красоту движения.

Оборудование:

Обручи по количеству детей; манеж с мягкими игрушками 12шт; дуги 4шт; гимнастическая скамейка 2шт; мячи; ленточки 2шт; обручи для прыжков 10шт; клюшка 1шт; игрушка собачка; банка с вареньем; медали для награждения; аудиозапись.

Элементы здоровьесбережения:

- Массаж спины «Дождик»
- Дыхательное упражнение «Кошечка».

Ход развлечения.

Звучит фонограмма. «Спят усталые игрушки» (дети входят, произвольно ложатся на пол, на живот, на спину, на бок).

- Сейчас начнется занятие. Но где же дети? А, вот вы где! Почему вы лежите?
- Скучно? Ну давайте вместе что-нибудь интересное придумаем?
- Например, поиграем в трансформеры.
- Не хотим.
- Ну тогда посмотрим мультики про черепашек-ниндзя!
- Не желаем!
- Я придумала! Пойдем в цирк!
- Ура!

Под музыку ходьба, бег змейкой к спортивному комплексу.

- Здравствуйте, дорогие друзья!
- Мы приветствуем вас в нашем чудесном цирке!

- Артисты здесь отличные, хотя и необычные.
- Первый номер нашей цирковой программы – **гимнасты с обручами.**
(каждый держится за свой обруч и за обруч другого, получается замкнутый круг – «карусель»)

«Еле-еле, еле-еле завертелись

Карусели

Все двигаются приставным шагом

А потом, потом, потом

Все бегом, бегом!

Все бегут

Карусельные лошадки скачут,

Скачут без оглядки!

Дети выполняют боковой галоп

Тише, тише, не спешите,

Карусель остановите!

Дети переходят на ходьбу.

Воспитатель. Предлагаю разобрать карусель, а с обручем выполнить упражнения.

Ходьба по залу друг за другом

держа на плече обруч. Построение

по зрительным ориентирам.

Воспитатель:

Дети весело идут, они обручи несут

1.И.П. стоя, ноги на ширине плеч,

Руки с обручем внизу

Поднять обруч вверх

Стали обруч поднимать,

И.П. темп быстрый бр.

Стали обруч опускать

И.П. стоя, ноги параллельно

Обруч в согнутых руках,

Перед собой на уровне глаз.

Присесть вытягивая руки с

Обручем вперед

Вот в окошко посмотрели

И все друженько присели.

И.п. темп средний бр.

И.П. О.С. руки с обручем внизу

Наклон вперед, вытягивая руки

С обручем перед собой.

Дружно сделаем наклон

И.П. темп средний 7р.

И все спиночку прогнем

И.П. стойка в упоре на коленях,

Обруч в согнутых руках на груди

Поворот туловища вправо

И.П. Поворот туловища влево

Вправо обруч повернем,

И.П. темп быстрый бр.

Влево обруч повернем.

И.П. ноги параллельно, обруч
В согнутых руках перед собой.
Выполнение: поднимают обруч
Над головой, продеть обруч
Сверху вниз.

Обруч мы не отпускаем

Темп медленный 3р.

Через обруч проползаем.

Массаж спины.

- Дождик бегают по крыше - Бом! Бом! Бом!

По веселой звонкой крыше

Бом! Бом! Бом! – *Встать друг за другом паровозиком и похлопывать друг друга по спине.*

- Дома, дома посидите

Бом! Бом! Бом!

Никуда не выходите

Бом! Бом! Бом! – *Постукивание пальчиками*

- Дождик бегают по крыше

Бом! Бом! Бом!

По веселой звонкой крыше

Бом! Бом! Бом! – *Поглаживание ладошками.*

Дыхательное упражнение «Кошечка»

И.П. стоя на четвереньках

Выполнение: поднять голову, прогнуть спину-вдох. Опустить голову выгнуть спину, сказать: ф-р-р-р(ш-ш-ш)-выдох.

Молодцы, ребята! Хорошая разминка укрепляет и закалке помогает.

1-ребенок Мы идем на тренировку

Спорт мы знаем это труд

Силу смелость и сноровку

Тренировки нам дадут.

2-ребенок если хочешь быть умелым

Ловким, быстрым, сильным, смелым,

Научись любить скакалки

Вожжи, обручи и палки.

3-ребенок Мы веселые ребята

И не где не пропадем

Мы со спортом очень дружим

Про него сейчас споем.

Песня «Физкульт – Ура»

Чтоб расти и закаляться

Не по дням, а по часам.

Физкультурой заниматься

Заниматься надо нам

Припев: И мы уже сегодня

Сильнее чем вчера,

Физкульт-ура! Физкуль-ура!

Физкульт-ура!

Нам пилюли и микстуру,
И в мороз и холода
Заменяют физкультура и холодная вода.
Припев тот же.
Ведущий.

- Победа сама не придет никогда,
Победу в борьбе забывают
В победе частицу большого труда,
Задор мастерства дополняет.
- Команды готовы к состязаниям?
- Всегда готовы!
- Команды, занимайте свои места.

1-й конкурс нашего состязания **«Переправа»**

Правило игры. На одном конце шеренги стоит манеж с мягкими игрушками, игрушки надо переправить на другой конец шеренги быстро передавая их из рук в руки соседу.

2-й конкурс состязания **«Строим башню»**

Задача каждой команды, добежать до финиша, подложить свой кирпичик сверху для постройки башни. Побеждает та команда, которая быстрее постройит башню.

3-й конкурс **«Полоса препятствий»**

- Подлезание под 2-3 дугами.
- Прыжки на двух ногах из обруча в обруч (4-5 обручей).
- Ползание по скамейке, на животе, подтягиваясь на руках.

(под музыку дети шагают на свои места)

- Определить победителей в наших состязаниях предоставим нашей уважаемой жюри *(жюри определяет победителей по итогам отдельных конкурсов)*. Звучит музыка.

- Ребята, посмотрите кто к нам пришел? *(обращаю внимание на гостя)*.

Карлсон: Я давно за вами наблюдаю, хорошо балуетесь, ребята!

Воспитатель: Карлсон, наши дети не балуются, а занимаются спортом!

Карлсон: Спортсом! А я не могу заниматься спортом, потому что я сейчас самый тяжело больной!

Воспитатель: Это варенье получит, только самый смелый, сильный и ловкий.

Карлсон: О! Позвольте представиться - Карлсон, лучший в мире спортсмен.
(становится на пьедестал)

Воспитатель: Ну это мы еще проверим! Малыш ты согласен?

Малыш: Да, я быстро разделаюсь с этим толстяком.

Воспитатель: Дорогие, Карлсон и Малыш вы должны выполнить два задания:

- Пробежать змейкой между предметами;
- Проползти по гимнастической скамейке на животе подтягиваясь на руках;
- Забить мяч клюшкой в ворота.

Воспитатель: Молодцы! Награждается лучший в мире спортсмен Карлсон, он получает банку-варенья, а Малыш игрушку-собачку.

Следующий номер нашего представления **конкурс «Завяжи и развяжи»**
Правило игры. По сигналу ведущие стоящие первыми подбегают к стойке развязывают ленту, бегут обратно передают ленту следующему. Получивший ребенок ленту, бежит привязывает ее.

Конкурс «Гонка мяча».

Правило игры. Передать мяч по рукам поднятым вверх над головой, последний игрок получивший мяч передает вперед между ногами. (дети садятся на стулья).

- Молодцы, ребята! Вы все показали свою сноровку, смелость, ловкость, силу, выносливость.

- А сейчас самое время подсчитать заслуженные награды и определить победителей (*счет очков, подведение итогов, награждение команд медалями*).

- В конкурсе все было мило
Значит дружба победила.

(звучит музыка)

- Становитесь все скорее

- Спляшем танец веселее.

(танец с султанчиками)

Дети все были молодцы!

Находчивость и умение показали от души.

Будьте здоровыми, красивыми и веселыми

Силу ловкость и здоровье вы сегодня обрели!