

В рамках Дня здоровья дружеский турнир «Спортивных состязаний с МЯЧОМ»

Любченко Наталья Ивановна, инструктор по физической культуре высшей квалификационной категории, МБДОУ №1 «Родничок», г. Карасук, Новосибирская область.

ЦЕЛЬ. Пропаганда здорового образа жизни, спорта и активного отдыха.

Задачи:

- формирование у дошкольников навыков здорового образа жизни средствами спортивных игр, эстафет и соревнований;
- совершенствование уровня физической подготовленности детей, обогащение двигательного опыта;
- активизация двигательных творческих возможностей и способностей воспитанников.
- воспитание волевых качеств: целеустремленности, выдержки, желания побеждать, поддерживать товарищей и соперничать.

Участники: воспитанники старшей и подготовительной групп МБДОУ №1 «Родничок», воспитатели, узкие специалисты гости.

Оборудование и инвентарь: праздничный салют, эмблемы для команд, медали и грамоты для награждения, сладости. Тематические плакаты, воздушные шары и флажки для украшения зала, атрибуты для болельщиков. Линия старта-финиша – тонкий цветной канат, корзины с мячами малого диаметра, конусы-8шт., обручи среднего диаметра-10шт., разные мячи (резиновые, волейбольные, футбольные) мячи-6шт., длинная верёвка - ориентир, гимнастические скамейки-4шт., мишени – кегли или кубики-2шт., шляпы-2шт., корзины-2шт., теннисные шарики по количеству детей, волейбольная сетка или толстый канат.

Музыкальное оформление: маршевая спортивная музыка на выход команд, музыкальное сопровождение для эстафет, общей разминки, на награждение звучат торжественные фанфары.

Место проведения: спортивный зал детского сада.

Подготовительная работа: разучивание девизов, использование занимательных упражнений и игр, распределение ролей, приготовление медалей и грамот для награждения. Праздничное украшение спортивного зала, подготовка зала для всех видов соревнований. Подборка музыкального оформления и многое другое.

ХОД

Спортивный зал красиво оформлен, украшен тематическими плакатами, воздушными шарами, флажками. На главной стене - выставка детских творческих работ «Мы за здоровый образ жизни!».

Под веселую спортивную музыку дети - зрители и гости проходят и садятся на отведенные места. Участники, под спортивный марш, обходят зал по периметру. Строятся в 2 шеренги.

Инструктор по физкультуре. Внимание, внимание! Говорит и показывает спортивный зал детского сада «Родничок». Сегодня здесь проходят соревнования необычные, от других отличные. Приветствуем всех на дружеском турнире «Спортивных состязаний с мячом». Мы собрались здесь, чтобы посоревноваться в силе и ловкости, скорости и выносливости. Но не это главное в нашей сегодняшней встрече. Конечно же, мы не будем ставить спортивные рекорды, наша цель – активный отдых и здоровый образ жизни, а главное – атмосфера праздника, позитива и желание честно победить! Команды очень волнуются, давайте поприветствуем друг друга бурными аплодисментами!



Инструктор по физкультуре. Вот они, наши отважные и спортивные игроки турнира. Любителям спорта наше - УРА!

Инструктор по физкультуре. А теперь, участники спортивного праздника представят себя.

Каждая команда, по очереди представляет свое название, девиз и приветствие другим командам.

Инструктор по физкультуре. Гибкость, ловкость и сноровка – все это дает нам тренировка. Все собрались? Все здоровы? Бегать и играть готовы? Ну, тогда подтянитесь! На разминку становитесь!

Инструктор по физкультуре. Внимание, внимание, объявляется ритмическая разминка «Двигайся – замри!»



Инструктор по физкультуре. Хватит разминаться, пора соревноваться!

Под маршевую музыку участники турнира строятся в две команды у обозначенной стартовой линии.

Инструктор по физкультуре. Вот и встретились наши команды. Пожелаем им спортивных успехов! Команды готовы! Приступаем!

- *Конкурс «Весёлые старты за мячом»*



Перед каждой командой, на другой стороне зала, в обруче или корзине выложены мячи малого диаметра по количеству человек в команде. Необходимо перенести мячи с одной стороны зала на другую, огибая змейкой зрительные ориентиры. Каждый участник может взять только один мяч.

Инструктор по физкультуре. *Ну, ребята, хороши! Постарались от души!*

▪ **Конкурс «Шуточный баскетбол»**

Участники соревнований строятся в колонны друг за другом у линии старта. Первые игроки держат в руках резиновые мячи. Напротив своей команды, на расстоянии 3 – 4 метров за обозначенной линией, встаёт капитан с обручем в руках. Участники, по сигналу и в порядке очередности, начинают бросать мяч, стараясь точно попасть в обруч. Побеждает та команда, у которой большее количество мячей достигло цели. Оценивается правильность выполнения, точность броска, ловкость капитана.



▪ **Конкурс «По скамейке с мячом»**

Участники соревнований строятся друг за другом у линии старта. Перед каждой командой - гимнастическая скамейка (длина 4-5метров) и мяч. По сигналу первые игроки передвигаются по скамейке боком приставным шагом и отбивают мяч о пол, в конце осторожно спрыгивают со снаряда, огибают ориентир и бегом возвращаются назад, передают мяч следующему участнику. Побеждает команда, первой закончившая это испытание. Оценивается скорость, правильность выполнения и ловкость каждого игрока.



Инструктор по физкультуре. Внимание, внимание, новое испытание под названием «точное попадание»! Вам предстоит показать снова свою меткость и ловкость.

- **Конкурс «Точное попадание»**



Участники соревнований строятся друг за другом у линии старта. Перед каждой командой - гимнастическая скамейка (длина 5-6метров) с мишенью (кегля, кубик и т.п.), поставленной в конце снаряда и мяч. По сигналу первые игроки берут мяч, прицеливаются и одним сильным, точным толчком прокатывают его вперёд по скамейке, стараясь сбить предмет-мишень. В случае попадания - ставят мишень на место, быстро бегут за мячом, возвращаются назад и передают его следующему участнику. Становятся в конец колонны. Побеждает команда, сделавшая наибольшее количество прямых попаданий. Оценивается меткость, правильность выполнения, ловкость каждого игрока.

▪ **Конкурс «Поймай шляпой мяч»**

Это соревнование открывают капитаны. Они ползут вперёд по скамейке, подтягиваясь руками, в конце снаряда берут шляпу в руки и встают в обруч, положенный на расстоянии 1 метров. Затем начинают ползти по скамейке следующие игроки. После чего они берут из корзины один теннисный шарик и бросают его в шляпу, которую держит в руках капитан. А капитан помогает шляпой поймать этот шарик. Затем возвращаются, предают эстафету и в игру вступают следующие участники. Побеждает команда, первой закончившая это испытание. Оценивается правильность выполнения, быстрота, меткость, ловкость каждого игрока.



Инструктор по физкультуре. А сейчас все в «школу мяча»!

▪ **Конкурс «Школа мяча»**

Участники соревнований строятся в колонны друг за другом у линии старта. В руках у первых игроков по волейбольному мячу. Перед каждой

командой положен ряд из обручей (5 обручей диаметром 50 см). По сигналу первые игроки отбивают мяч о пол в каждый обруч, продвигаясь вперёд быстрыми шагами, огибает ориентир и бегом возвращается назад, передаёт мяч следующему участнику, а сам бежит в конец своей колонны. Побеждает команда, первой закончившая испытание. Оценивается скорость, точность броска, правильность выполнения и ловкость каждого игрока.



Инструктор по физкультуре. А сейчас внимание - заключительное соревнование! У наших команд есть шанс проявить ещё раз сплоченность и ловкость.

▪ **Конкурс «На чьей стороне меньше мячей»**

Команды располагаются по разные стороны волейбольной сетки или натянутой верёвки. На полу, в рассыпную по всему залу, находятся мячи малого диаметра. Их количество в 3 – 4 раза больше, чем всех игроков. По сигналу, за определённое количество времени (3 – 4 минуты), участники команд начинают очень быстро перебрасывать по одному мячу на сторону соперника. По истечении указанного времени, по команде «стоп», «перебрасывание» заканчивается. На чьей стороне окажется меньше мячей, та команда и победитель. Оценивается правильность выполнения, скорость и точность движений, ловкость каждого игрока.



Инструктор по физкультуре. Внимание, внимание! Всем построиться командам для вручения награды!

Под торжественную музыку награждение маленьких победителей, всем вручаются грамоты, медали и памятные подарки. Звучит праздничный салют!



Инструктор по физкультуре.

И вот, подводим мы итоги, какие б ни были они,
Пусть спортивные дороги здоровьем полнят ваши дни!



Инструктор по физкультуре. Соблюдайте правила Здорового образа жизни! Спортом занимайтесь и почаще улыбайтесь! Спасибо за внимание, до скорого свидания!



Звучит песня «Планета спорта», все организованно расходятся.