

**Конспект тематического спортивного мероприятия
в подготовительной группе
«Путешествие в Изумрудный город».**

<i>Цель</i>	Укреплять и сохранять здоровье воспитанников через сюжетно-тематические физкультурные занятия, вызывая при этом эмоциональное удовлетворение.
<i>Задачи</i>	<p><i>Оздоровительные:</i> приобщение воспитанников к здоровому образу жизни через двигательную активность.</p> <p><i>Воспитательные:</i> развивать самостоятельность, инициативность при выполнении физических упражнений, формировать доброжелательное отношение к друг другу, умение работать в парах, настойчивость в достижении положительного результата.</p> <p><i>Развивающие:</i> развивать такие физические качества как - ловкость, выносливость, меткость, координацию движений, внимания, чувства ритма.</p>
<i>Планируемые результаты</i>	<p>Проявление интереса к различным видам двигательной активности, инициативность в общении со сверстниками и взрослыми.</p> <p>Формирование потребности в систематических занятиях физкультурой и спортом.</p> <p>Использование приобретенных двигательных навыков в самостоятельной двигательной деятельности.</p>
<i>Участники мероприятия</i>	Инструктор по физической культуре Воспитанники подготовительной группы Воспитатели Музыкальный руководитель
<i>Оборудование</i>	Шагоступы, нейроскакалки, массажные мячи по количеству воспитанников (10 штук); шарики от сухого бассейна (на каждого по 4 штуки); конусы малые – 6 штук, шнур ширина 5 см длина 3 метра; головы тигров, нарисованные на листе и заламинированные; Изумрудный город, Страшила, Лев, Железный дровосек.
<i>Ход мероприятия</i>	
<i>Под музыку «Сказка по лесу идет» (Юнна Петровна Мориц) дети друг за другом заходят в спортивный зал.</i>	
Инструктор	Вокруг нас и там и тут Сказки разные живут. Отгадайте без подсказки, Называйте, посмейей Этих сказочных друзей!

Голос 1	Сидела дома, книжку я читала, С работы маму с папой поджидала. Вдруг дом взлетел, как будто самолет, Попали мы с Тотошкой в переплет! (Элли)
Голос 2	Круглый год я на природе, Я стою один..... где я стою? Забыл! На огороде! У меня в заплатках балахон, Целый день гуляю и ворон пугаю (Страшило)
Голос 3	Меня из железа кузнец смастерил. Он дал мне топор, им рубить научил. Но сердце живое мне в грудь не вложил. А как же без сердца мне жить и любить? (Железный дровосек)
Голос 4	Жалким трусишкой на свете живу. Помогите стать храбрым, очень прошу!(Лев)
Инструктор	Скажите, ребята, из какой сказки наши сказочные друзья? (ответы детей.) А к кому они отправились и зачем? (ответы детей) Давайте и мы с вами отправимся за ними.
Инструктор	В Изумрудный город можно дойти по волшебной дорожке. Вы готовы? (ответы детей). А перед длинной дорогой предлагаю вам сделать волшебную разминку.
<i>РАЗМИНКА под музыку «Мы в город изумрудный....»</i>	
Голос 5	Шагайте по желтой дорожке вперед, Она вас прямо туда приведет! А чтоб волшебство помогало идти- В коробке волшебные туфельки эти возьми!
Инструктор	Ребята, вот они наши «волшебные туфельки». Надеваем их и в путь дорогу. (Воспитатель помогаем надевать «шагоступы»).
<i>Дети надевают «шагоступы» и выстраиваются друг за другом.</i>	
Инструктор	Идите прямо, путь совсем не трудный, Он приведет вас в город Изумрудный. Мне не известно, что вас ждет – Так что скорее двигайтесь вперед!
<i>Дети двигаются друг за другом по кругу, змейкой между конусов, широко расставлены ноги, по диагонали к Изумрудному городу.</i>	
Инструктор	Ну, вот ребята мы с вами и дошли до Изумрудного города, снимайте свои «волшебные туфельки» (дети снимают «шагоступы»)

<i>Звучит музыка заставка к программе «В гостях у сказки», воспитатель открывает шторы, за ними персонажи сказки.</i>	
Инструктор	Ребята, вы узнали персонажей сказки «Волшебник Изумрудного города»? (ответы детей) Тогда напомним, какое желание было у Железного дровосека? (ответы детей)
Инструктор	Совершенно правильно! Сердце ребята, это наш моторчик. И чтобы его сохранить надо его тренировать и заниматься спортом. И мы сегодня будем тренироваться со «скакалкой», но необычной, а нейроскакалкой.
<p><i>Упражнения на нейроскакалке.</i> <i>Вставьте ногу в обруч игрушки.</i> <i>Первый вариант: Осваиваем «раскручивание скакалки», можно подталкивать рукой. Поднимая ногу для того, чтобы скакалка прошла под ногой.</i> <i>Второй вариант: Другую ногу поставьте вперед жесткой планки.</i> <i>Выполняйте пинок ногой назад или вперед, чтобы раскрутить колесико.</i> <i>Перепрыгнуть планку, и продолжить движение по кругу.</i> <i>Если ребенок успешно освоил «раскручивание скакалки», то упражнения с нейроскакалкой можно усложнять, прыгать и считать.</i></p>	
Инструктор	Какие мы с вами молодцы! Давайте отложим нейроскакалки. И послушаем, как бьется наше сердце. Где находится наше сердце (ответы детей). Давайте приложим ладонь на грудь и почувствуем наше сердце. Стучит? Это хорошо. Значит наш «моторчик» работает. Сердечко ваше сейчас стучит очень быстро, надо его немного успокоить и для этого нам надо выполнить упражнения на восстановления дыхания.
<p><i>Первое упражнение «Воздушный шар»</i> <i>И. п. ноги на ширине плеч, руки подняты вверх, ладони и пальцы образуют небольшой шарик. Вдох через нос, выдох, губы - трубочкой, руки опускаются через стороны, образуют большой шар.</i> <i>Второе упражнение «Побрызгаем белье»</i> <i>Глубокий вдох носом, имитация разбрызгивания воды на белье: П-р-р-р.</i> <i>Третье упражнение «Задуй свечу»</i> <i>Сделайте один большой вдох и сразу выдохните весь воздух «Задуй одну свечу»;</i> <i>Сделайте один большой вдох и выдохните тремя небольшими выдохами «Задуйте три свечи»;</i> <i>Сделайте один большой вдох и медленно задуйте много свечей.</i></p>	
Инструктор	А какое желание было у Страшилы. (ответы детей – получить ум). Правильно ребята. Но недостаточно иметь ум, его нужно

	<p>еще развивать разными упражнениями и сегодня мы выполним упражнения с массажными мячами. Возьмите мячи и расслаживайтесь парами.</p> <p>Сначала разомнем наши пальчики и ладошки. Покатаем мячик между ладошками.</p>
<p>1. Перекладывание мяча из правой руки в левую руку. Мяч находится в правой руке. На счет «раз» переложить в левую руку. На счет «два» - в правую руку (16 раз)</p> <p>2. Перекладывание мяча соседу по прямой. Мяч находится в правой руке. Перекладываем мяч соседу напротив (16 раз)</p> <p>3. Два мяча соседу. Два мяча находятся у одного, на счет «раз» переложить оба мяча соседу напротив (16 раз)</p> <p>4. Перекладывание мяча по квадрату. Мяч в правой руке. На счет «раз» переложить мяч и правой руки в левую руку. На счет «два» переложить мяч соседу. На счет «три» переложить мяч в свою руку, на счет «четыре» переложить соседу (16 раз)</p>	
Инструктор	Молодцы ребята. Если постоянно выполнять такие упражнения, то вам под силу будут любые сложные задачи.
Инструктор	У нас остался еще один герой это Лев. Какое желание было у него (ответы детей). В сказке он сражался с саблезубыми тиграми и победил их. Интересно, а вы сможете? Давайте попробуем.
<p><u>Игра «Попади в тигра»</u> Для этой игры понадобятся мячики из сухого бассейна. На высоте от пола 1.50 растянута веревка, на ней картинка тигра. Дети с определенной точки должны попасть в тигра. Сложность в том, что в игре движущая цель. Инструктор передвигает веревку «движущая цель». В конце игры подсчитываем, сколько, у кого было попаданий.</p>	
Инструктор	Разбирайте мячики, выстраивайтесь на линии. По сигналу начинаю атаковать тигров. Ждем, пока все сделают, собираем мячи и целимся еще раз. Раз, два, три игру начни. <i>Игра «Попади в тигра»</i>
Инструктор	Справились с тиграми и не испугались. Храбрые ребята!
<p><i>Под песню из мультфильма «Песня Элли» в зал входит Элли (в руках у нее собачка).</i></p>	
Элли	Здравствуй, мои друзья. Долго я вас ждала. Я наблюдала за вами в волшебное изумрудное стекло. Вы преодолели долгий путь. И в течение этого пути вы показали свою смелость, находчивость, сообразительность, смекалку.

	<p>Я думаю у каждого из вас тоже есть своя мечта, мечта стать кем-то. Кто-нибудь хочет нам рассказать о своей мечте, и каким качеством вы бы хотели обладать (дети рассказывают о своей мечте).</p> <p>И чтобы она осуществилась надо приложить к этому усилия.</p> <p>А вам я хочу подарить камушек мечты (Элли раздает камушки).</p> <p>До новых встреч ребята! (Элли уходит)</p>
Инструктор	<p>На этом наше с вами путешествие подошло к концу, и я вам хочу пожелать:</p> <p>Шагай вперёд отважно, верь в себя, Друзей своих не забывай, В любой беде их выручай, Тогда исполнится заветная мечта!</p>
<p><i>Дети под музыку выходят из спортивного зала.</i></p>	