

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 227 «Березка» общеразвивающего вида г.Барнаул

Музыкально-спортивный досуг в старшей группе

Тема: «Будем здоровы! Навстречу Олимпиаде»

Составили: Толмачева О.И. муз. руководитель
Воронова Т.В. инструктор физ. воспитания

Барнаул

Задачи:

Воспитательные: Воспитывать любовь к спорту, чувство товарищества и спортивный характер.

Воспитывать стремление участвовать в играх-эстафетах.

Развивающие: Развивать ловкость, быстроту, умение ориентироваться в пространстве, развивать умение выполнять подражательные движения.

Развивать чувство ритма, умение выполнять простейшие перестроения, менять движения в соответствии с музыкальными фразами.

Образовательные: Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни. Закрепить знания о зимних видах спорта.

Расширять представления о событиях общественной жизни страны.

Интеграция компонентов содержания.

Образовательная область «Физическая культура» - Развивать быстроту, силу, ловкость, выносливость, гибкость. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

Образовательная область «Здоровье» - Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни.

Образовательная область «Социализация» - Развивать у детей чувство гордости за собственные успехи и достижения, побуждать совершенствовать положительный нравственный выбор.

Образовательная область «Познание» - Расширять представления детей о спорте, совершенствовать пространственные представления.

Образовательная область «Коммуникация» - Развивать умение естественно, выразительно рассказывать художественные произведения.

Образовательная область «Безопасность» - Расширять и уточнять представления детей о способах безопасного поведения в различных видах двигательной деятельности.

Образовательная область «Музыка». - Развивать чувство ритма, умение выполнять простейшие перестроения, менять движения в соответствии с музыкальными фразами. Формировать навыки танцевальных движений.

Виды детской деятельности: игровая, двигательная, музыкально-ритмическая.

Предшествующая работа: чтение художественной литературы, просмотр презентаций о здоровом образе жизни, спорте, беседы о спорте, спортсменах, Олимпийском движении в мире.

Оборудование: презентация к занятию, спортивный инвентарь и атрибуты для эстафет, мягкие игрушки – талисманы Сочи 2014.

Ход занятия.

Дети под спортивный марш входят в зал, обходят и строятся в шеренгу у стены.

Ведущий: В 2014 году в Сочи состоится зимняя Олимпиада. Из многих стран, желавших принять у себя Олимпийские игры, победила Россия. Мы решили посвятить этим событиям наш спортивный праздник «Навстречу играм Сочи 2014».

Дети:

1. Мы дружим с солнцем и водой,

На старт мы выйти рады.

Проводим праздник спорта свой

Мы в честь Олимпиады!

2. Будем мы на радость всем

С детства закаленными

Скоро вырастем и сами –
Станем чемпионами!

Ведущий: Все собрались? Все здоровы? Бегать и играть готовы? Чтобы заниматься спортом, нужно быть здоровым. А что нужно для здоровья?

Дети читают стихи.

1. Всем известно, всем понятно,
Что здоровым быть приятно.

Только надо знать,
Как здоровым стать!

2. Чтоб здоровье сохранить,
Организм свой укрепить,
Знает вся моя семья

- Должен быть режим у дня.

3. Утром рано умываюсь,
Полотенцем растираюсь.

И от вас друзья не скрою:
Зубы чищу, уши - мою!

4. Следует, ребята, знать
Нужно всем подольше спать.

Ну а утром не лениться
– На зарядку становиться!

5. Зарядка всем полезна,
Зарядка всем нужна,
От лени и болезней
Спасает нас она!

6. Чтоб здоровым быть и ловким,
Я на завтрак ем морковку,
Суп и мясо - на обед,
А на ужин – винегрет.

7. На прогулку выходи,
Свежим воздухом дыши.
Только помни при уходе:
Одеваться по погоде!

8. Надо всем нам постараться
И привычку завести:
Физкультурой заниматься,
Чтоб здоровыми расти!

9. В мире нет рецепта лучше
– Будь со спортом неразлучен,
Проживешь сто лет
– Вот и весь секрет!

Ведущий: Спорт, ребята, очень нужен!

Мы со спортом крепко дружим!

Спорт - помощник, спорт – здоровье,

Спорт – игра, физкульт... УРА!

Звучит музыка - ***в зал вбегают Огоньки*** – мальчик и девочка в костюмах огня.

Огоньки: Здравствуйте! Куда это мы попали?

Ведущий: Здравствуйте! Вы – в детском саду, на спортивном празднике. А кто вы и как оказались у нас?

Огоньки: Мы – Огоньки с Олимпийского факела, сильный ветер оторвал нас от Олимпийского огня и принес сюда. Нам нужно вернуться к огню, вы сможете нам помочь?

Ведущий: Мы постараемся вам помочь, ведь ребята готовятся встретить Олимпиаду. Наши ребята всегда готовы прийти на помощь другу, а мы ведь все друзья! Становитесь в наш круг.

Коммуникативная игра «Здравствуй, друг»:

Здравствуй, друг! – *Дети вытягивают правую руку в сторону.*

Здравствуй, друг! – *Дети вытягивают левую руку в сторону.*

Становись скорее в круг! – *Берутся за руки.*

Мы по кругу пойдём – *Идут по кругу.*

И друзей везде найдем! – *Останивливаются, руки на пояс.*

Здравствуй, заяка! – *Машут правой рукой над головой,*

Здравствуй, еж! *затем левой.*

До чего же день хорош! – *Поднимают обе руки вверх. «Солнышко?»*

Белка, здравствуй! – *Машут правой рукой над головой,*

Волк, привет! *затем левой.*

- Здравствуйте! – звучит в ответ! – *Машут поднятыми руками.*

Ведущий: А еще нам могут помочь олимпийские талисманы. А кто выбран талисманами Сочинской Олимпиады? (Ответ детей). Что вы знаете о Зайке, Мишке и Леопарде?

- **Зайка** представляет ледовые виды спорта. Она не может жить без фигурного катания и обожает скользить по льду и смотреть соревнования по фигурному катанию.

- **Белый Мишка** представляет командные виды спорта. Он занимается и бобслеем, и санками. Мишка очень любит скорость и риск.

- **Леопард Барсик** живет высоко в горах и покоряет горные склоны. Леопард представляет горнолыжный спорт и сноуборд.В.: Что ж, отправимся в путь, Зайку найдем в лесу.

Перестроение в колонну, ходьба, ходьба змейкой, ходьба с имитацией движений волка, лисы, лося, белки под муз. сопровождение.

- ходьба широким шагом, с произнесением звука «р-р-р»;

- ходьба на носках, с раскрытием ладоней перед собой;

- ходьба с высоким подниманием колена, руки скрещены над головой;

- прыжки на двух ногах с продвижением вперед, руки согнуты перед грудью и легкий бег;

В.: Мы пришли в лес. Дышим глубоко, в лесу такой свежий воздух.

Ходьба обычным шагом, восстановление дыхания.

На выдохе произносить звук «с-с-с» (ветер шелестит листочками),

потом «ш-ш-ш» (листья шуршат под ногами). (Слайд с видом леса).

Выходит Еж (ребенок): Я уже спать собрался, а вы меня разбудили. Я тоже люблю спорт и игры. Поиграйте со мной, а то я не усну.

В: Ребята, давайте поиграем с Ежиком.

Подвижная игра с Ежиком.

Дети встают вокруг водящего и говорят, выполняя движения.

Ежик-еж, Ежик-еж, - *дети подходят к Ежу, сужая круг.*

На колючку ты похож. – *расширяют круг, двигаясь назад спиной.*

У тебя иголки – *поочередно выдвигают вперед пальцы.*

Очень-очень колки. – *делают движение вперед раскрытыми ладонями.*

Будем мы убежать, – *бегут на месте.*

Ты попробуй нас поймать. – *грозят указательным пальцем.*

- Вас сейчас я догоню – *Ежик говорит слова, дети делают «пружинку»*

И иголкой уколую! *Дети разбегаются, Еж старается их поймать. Пойманного Еж легко «колет» пальчиком, ребенок приседает, «сворачивается в клубок».*

В.: Пора Ежу отдыхать, а нам продолжать поиски.

Появляется Баба-Яга – спортсменка с игрушкой Зайкой: Это кто тут по лесу бегают, топает? Зачем пожаловали? В: Мы ищем Зайку, талисман Олимпиады.

Б-Я: А она у меня гостит. Я ведь Баба-Яга спортсменка, веду здоровый образ жизни, физкультурой занимаюсь. Вот я вас проверю, что вы знаете о здоровье и спорте. (*Дети сидят на ковре*).

Игра «Это я, это я, это все мои друзья!».

Отвечайте дружно хором «Это я, это я, это все мои друзья!», если вы со мной согласны. Если это не про вас, то молчите, не шумите, ничего не говорите.

кто из вас всегда готов жизнь прожить без докторов? +

кто не хочет быть здоровым, бодрым, стройным и веселым? –

кто из вас не ходит хмурый, любит спорт и физкультуру? +

кто мороза не боится, на коньках летит, как птица? +

ну а кто начнет обед жвачкой с парюю конфет? –

кто же любит помидоры, фрукты, овощи, лимоны? +

кто поел и чистит зубки регулярно дважды в сутки? +

кто из вас, из малышей, ходит грязный до ушей? –

кто, согласно распорядку, выполняет физзарядку? +

кто, хочу у вас узнать, любит петь и отдыхать? +

Б-Я: Молодцы. Всем ребятам мой привет и такое слово:

Спорт любите с малых лет – будете здоровы!

Б-Я прощается, уходит.

В: Наши Огоньки совсем загрустили, надо поддержать их. А что нужно сделать для поднятия настроения? Конечно же, зарядку. Выполним вместе упражнения с султанчиками, они похожи на язычки огня, Огоньки окрепнут.

Ходьба. Перестроение в колонны.

Ритмическая гимнастика с султанчиками под песню «Утренняя гимнастика» В.Высоцкого.

В: Что ж, мы согрелись, Огоньки разгорелись – мы готовы к встрече с Белым Мишкой. (Слайд с видом Севера). Игрушка – Мишка.

В.: Ну, ребята, тренировку провели вы очень ловко. А сейчас – внимание: предстоят соревнования! Мишка – талисман командных видов спорта, давайте поделимся на команду мальчиков и команду девочек и проведем свою маленькую Олимпиаду. Капитаны - Огоньки. Девизы команд.

Мальчики: «Спорт, ребята, очень нужен. Мы со спортом очень дружим!».

Девочки: «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!».

Эстафеты:

1. «**Хоккеисты**» (дети с помощью клюшки обводят шайбу между предметами).

2. «**Саный спорт**»

(прокатить игрушку на ледянке змейкой). В.: Белому Мишке стало жарко, давайте сделаем сугробы.

3. **«Сделай сугроб»** (дети забрасывают снежки в обруч). В: Продолжим наш путь, мы приближаемся к горам, как много снега намело!

Двигательное упражнение

«По снегу». Осторожно по снегу мы идем, - *дети идут на носках.*

На носочках ступаем и не отстаем.

Через сугроб переступаем, - *Шагают, высоко поднимая колени.*

Ноги выше поднимаем.

Много снега впереди, - *шагают с выпадами*

Шире шаг, смелей иди.

Мы протопаем дорожку, - *шагают на всей стопе.*

Чтоб в снегу не вязли ножки.

В.: На нашем пути встали горы, ведь Леопард Барсик живет в горах. Посмотрим, как наши ребята смогут их преодолеть, пройти по узенькой тропинке, пролезть в пещеру, преодолеть каменистый крутой склон.

4. Эстафета «Альпинисты».

(Ходьба по мягким модулям, пролезание в обруч, закрепленный в стойках, боком, ходьба по канату «елочкой»). Слайд с изображением Леопарда и игрушка.

Задание от Леопарда – «Назови вид спорта» (взять перевернутую картинку с изображением зимнего вида спорта и назвать его).

Подведение итогов соревнований, вручение грамот капитанам.

В.: Олимпиада – это не только спортивные соревнования, но и большой праздник для всех, для нашей страны России. А какой же праздник без веселой задорной «Калинки»?!

Танцевальная композиция «Калинка».

В: Ребята, вы хорошо потрудились, показали какие вы сильные, ловкие, быстрые, – настоящие будущие олимпийцы. А спортсмены после олимпийских соревнований всегда отдыхают, восстанавливают свои силы. Давайте, и мы отдохнем. Ложитесь на ковер, закройте глаза. (Дети встают в круг на ковре, потом ложатся на спину ногами к центру). Звучит тихая, спокойная музыка.

Релаксация. «Облака». (Слайд).

Представьте себе тёплый летний вечер. Вы лежите на траве и смотрите на проплывающие в небе облака – такие белые, большие, пушистые облака в голубом небе. Вокруг всё тихо и спокойно, вам тепло и уютно. С каждым вдохом и выдохом вы начинаете медленно и плавно подниматься в воздух, всё выше и выше, к самым облакам. Ваши ручки лёгкие, лёгкие, ваши ножки лёгкие, все ваше тело становится лёгким, как облачко. Вот вы подплываете к самому большому и пушистому, к самому красивому облаку на небе. Ближе и ближе. И вот вы уже лежите на этом облаке, чувствуете, как оно нежно гладит вас, это пушистое и ласковое облако. И вы плывете на облачке по синему небу. Вам хорошо и приятно. Вы расслаблены и спокойны. Но вот облачко опустило вас на теплый песок. Улыбнитесь своему облачку. Потянитесь и на счёт «три» откройте глаза. Раз, два, три. **(Слайд, звуки морского прибоя.)**

Вы хорошо отдохнули на облачке, а оно принесло нас на берег моря. Вставайте, попробуйте одной ногой, какая вода в море, потом другой. Наклонитесь и наберите воды двумя руками и вылейте на себя сверху. А теперь отряхните воду с головы, рук, ног. Вот вы опять готовы к новым спортивным победам!

А теперь, игра такая.
Вот ладошка, вот другая.
Вверх руками потянитесь,
Будто облака коснитесь.
Потянулись, выше стали.
Вы, ребята, не устали?
Занимались мы, играли
И здоровье укрепляли!
И, конечно, заслужили
Олимпийские медали!

Вручение медалей.

Появляется изображение олимпийского факела.

В.: Вот мы и добрались до Олимпийского факела! Пора нам прощаться с Огоньками.
Пусть еще ярче светит огонь Олимпиады всем людям Земли!

Огоньки убегают. (Музыка).

А олимпийские талисманы останутся с нами. Вы, ребята, им очень понравились, будем с ними играть.

Дети уходят под музыку «Гимн Сочи-2014».

Список литературы.

1. Веракса Н. Е, Комарова Т.С., Васильева М.А. От рождения до школы. Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования. Мозаика-Синтез, 2013 г.
2. Железнова Е. Р. Оздоровительная гимнастика и подвижные игры для старших дошкольников. Детство-Пресс, 2013 г.
3. Картушина М.Ю. Физкультурные сюжетные занятия с детьми 5-6 лет. Сфера, 2012 г.
4. Кириллова Ю. А. Навстречу Олимпиаде. Физкультурные досуги для детей старшего дошкольного возраста. Детство-Пресс, 2012г.
5. Крусева Т.О. Справочник инструктора по физической культуре в детских дошкольных учреждениях. Феникс, 2005г.
6. Муллаева Н.Б. Конспекты-сценарии занятий по физической культуре для дошкольников. Детство-Пресс, 2010г.
7. Соломенникова Н.М. Организация спортивного досуга дошкольников 4-7 лет. Учитель, 2013г.
8. Харченко Т.Е. Физкультурные праздники в детском саду. Детство-Пресс, 2011г.
9. Материалы с сайтов moi-detsad.ru, detsad-kitty.ru, festival.1september.ru, dohcolonoc.ru.