

Физкультурный досуг
«Путешествие в страну Олимпию»

Инструктор по ФК Аблизина м.А.

Задачи:

- Создать атмосферу радости и эмоционального благополучия.
- прививать детям любовь к спорту и физкультуре, интерес к истории Олимпийских игр, к спортивным соревнованиям.
- Закреплять на физкультурных занятиях знания и умения.
- Воспитывать чувство товарищества, коллективизма, умение контролировать свои поступки, правильно и объективно оценивать действия своих товарищей.

инвентарь и оборудование:

- свисток
- 2 факела
- 2 ледянки или 2 бублика (скейтборд 2)
- 2 обруча
- 2 клюшки с шайбой
- 2 пары лыж
- мешочки
- 2 корзины
- конусы
- бруски

Ход мероприятия:

Под музыку А. Пахмутовой и Н. Добронравова «Мы верим твердо в героев спорта» команды заходят в зал и строятся у линии.

Вед. – Здравствуйте дорогие ребята, Мы рады приветствовать Вас в этом спортивном зале и приглашаем вас отправится в Олимпийскую деревню и посостязаться в зимних Олимпийских играх.

Сияет солнышко с утра,
И слышно птичек пение.
И мы с друзьями как всегда
В хорошем настроении.

Олимпиада вновь пришла
И знают все на свете,
что праздника прекрасней нет
На всей большой планете.

Со спортом дружим мы всегда,
Мы физкультуре рады!

Нас впереди победы ждут,
Рекорды и награды

Вед. – Чтобы подготовиться к предстоящим олимпийским испытаниям, предлагаю сделать разминку.

Проводится муз разминка под песню «Зарядка»

Вед. – Наконец то мы размялись и в Олимпийской деревне оказались.

А теперь прошу внимание.
Начинаем Олимпийские соревнования!
Желаю быть честными, смелыми,
Достойными и умелыми!

Вед. – Приглашаю ребят на линию старта.

Дети проходят на линию старта.

Вед. – Знаете ребята как начинаются Олимпийские игры.

Ответ детей.

Вед. – правильно с зажигания Олимпийского огня, но этот огонь зажигают в древней Греции и проносят через множества стран и мы сейчас с вами пронесем Олимпийский факел и начнем наши соревнования.

Вед. – первая эстафета «**Факельная**»

(По свистку первый с факелом в руках добегают до стойки, оббегают её и бегом возвращается обратно, передавая факел следующему).

Вед. – Вот мы и открыли наши Зимние Олимпийские игры. переходим к следующей эстафете.

Саный спорт — удел бесстрашных
И рискованных до предела,
Лиц, решительно отважных,
Вниз по льду летящих смело.

Первая эстафета посвящается санному спорту.

Эстафета «**Быстрые сани**»

(Три игрока катят в ледянке четвертого до конуса и обратно. Передают эстафету следующей четверке.)

Вед. – Все молодцы с одним состязанием справились, переходим к следующему.
Быстро разбегаются,

В бобе помещаются,
По ледовой трассе с горки,
Мчатся двойки и четверки.

Бобслей — зимний вид спорта, представляющий собой скоростной спуск с гор по специально оборудованным ледовым трассам на управляемых санях.

Эстафета «Бобслей»

(Дети парами встают в обруч, обегают конус, возвращаются и передают обруч следующей паре.)

Вед. – Молодцы. Ребята, отгадайте загадку:

Во дворе с утра игра,
Разыгралась детвора,
Крики «Шайбу! Мимо!Бей!»
Там идет игра(хоккей)

Следующая эстафета Эстафета «Хоккеисты»

(Эстафета с клюшкой и шайбой. Первый участник команды ведёт клюшкой шайбу до конуса и обратно, передаёт клюшку второму участнику и так далее.)

Вед. - А сейчас постарайтесь угадать, какой будет следующая эстафета.

И в мишень спортсмен стреляет,
И на лыжах мчится он,
А вид спорта называют
Очень просто (биатлон)

Эстафета "Биатлон"

(Участник на одной лыже доходит до корзины с мешочком и кидает его в вертикальную цель. Возвращается и передает лыжу следующему игроку.)

Вед. – Про этот спорт я много слышал.
Воздушный акробат на лыжах (Фристайл)

Фристайл — это скоростной спуск на горных лыжах с прыжками. Так называемый лыжный балет.

Эстафета «Фристайл»

(Дети, стоящие первыми. По команде первые игроки перепрыгивают через бруски, пробегают между конусами «змейкой» и возвращаются к своей команде, передают эстафету следующему игроку.)

Вед. – Закончим мы наши соревнования очень красивым видом спорта.

Вот спортсмены на коньках
Упражняются в прыжках.
И сверкает лед игристо.
Те спортсмены - ... (фигуристы).

Эстафета «**Фигуристы**»

(Дети встают парами, взявшись за руки, как фигуристы, и выполняют бег, перепрыгивая через бруски, пробегают между конусами до ориентира. Возвращаются к своей команде по прямой, передают эстафету следующей паре.)

Вед. - Ребята, сегодня вы узнали о некоторых зимних видах спорта, а также, как настоящие спортсмены, показали свою силу, ловкость, и быстроту. Но и в завершении Зимних Олимпийских игр всегда победители получают медали, сегодня я вас тоже хочу наградить медалями.

(Звучит торжественная музыка, вручаются медали).

Вед. – До свидание до новых встреч.