

Спортивное развлечение «Путешествие в страну Обезьян»

Для средней и разновозрастной группы.

Цель: прививать интерес к занятиям физической культурой и спортом посредством различных форм двигательной активности.

Задачи:

- Закреплять двигательный опыт детей;
- Расширять кругозор детей о животном мире и климатических условиях тропиков;
- Развивать физические качества (ловкость, быстроту реакции, координацию движений и др.);
- Воспитывать у детей стремление к систематическим занятиям физической культурой;
- Прививать интерес к активному образу жизни;
- Воспитывать чувство товарищества и коллективизма;
- Укреплять здоровье детей через разные формы двигательной активности;
- Вызвать у детей бодрое настроение и положительные эмоции.

Подготовительная работа: Зал оформлен в тематике: «Африка». Дети с «ушками» и с «хвостиками» в спортивной форме.

Ход мероприятия

Воспитатель: (перед входом в зал)

Где-то в джунглях, на лианах.

Где-то с южной стороны

Обитают обезьяны,

И жирафы, и слоны.

Где-то в речке серебристой

Бегемоты сладко спят,

Разрисованные птицы

Цветом радуги летят.

Сказочные страны,

Жаркий небосвод,

Сладкие бананы,

Лето круглый год!

Попугаев много-много,

Самый главный — какаду.

Я вас, дети, ненадолго

В джунгли заведу!

Под музыку. Дети, держась за хвостики, вбегают в зал, останавливаются возле стульев.

Инструктор: А вот и мои маленькие мартышки, здравствуйте! А я вас потеряла.

А кто из вас хочет отправиться со мной в страну «Обезьян»? (ответы детей).

Мы с вами там будем бегать, прыгать, лазать, чтобы стать ловкими. Все согласны, тогда в путь. Он будет нелёгкий, но интересный. Вставайте друг за другом, слушайте меня внимательно и у вас всё получится.

Музыка 2 Вводная ходьба.

Ходьба на носках: тихо — тихо, чтобы не разбудить удава.

Ходьба «змейкой» — по извилистой дороге,

Ходьба на прямых ногах и руках.

Ходьба на коленях — прячемся от удава,

Бег — торопимся в «Страну обезьян».

Ведущий: Мы добрались до страны Обезьян. «Обезьянки», хотите стать ловкими и крепкими? Тогда сделаем с вами разминку.

Возьмите по бананы.

Основная:

О.Р.У. с бананами.

Под музыку

1

И.п. о.с., руки с бананами внизу.

1. 3 — руки через стороны вверх, подняться на носки, 2,4 — и.п. (5 –6 раз).

2.

И.п. — ноги на ширине, руки внизу. 1 — наклониться вперёд — вниз, положить (спрятать) бананы за пятками, 2 и.п, 3 — наклон вперёд вниз, взять бананы, 4 и.п. (5 –6 раз).

3.

и.п. — положить бананы на пол, руки на поясе. Встать на четвереньки, опираясь на ступни ног и ладони, ходить вокруг бананов на счёт 1 — 8 (2 раза)

4.

и.п. — сесть на пол, бананы перед ногами, подтягивать бананы поочерёдно ногами, обеими ногами. (спрятали — 6 раз).

5.

И.п. — присесть на корточки, прыжки вокруг бананов с хлопками по коленям: ух- ух — ух. (2×8 раз).

6. Дыхательное упражнение: «Обнимашка».

И.п. — о.с. Вдох — разведение рук в стороны, ладони впереди, пальцы напряжены, широко разведены. Выдох: резко скрестить руки перед грудью, завести за спину, «обнять себя», громким шёпотом произнести «Ха».

Инструктор: Молодцы, весело играли.

А сейчас начинаются испытания

1. Эстафета «Чья команда перенесёт больше бананов». (бананы лежат в общей корзине между 2 команд).



2. Эстафета Подлезание под верёвку («лиану») — на четвереньках, опираясь на колени и ладони.

3 Эстафета. Залезть на гимнастическую лестницу и спуститься по канату



Молодцы, а еще обезьянки любят очень танцевать

Однажды обезьяны заплясали. Что было в джунглях, представьте сами!

4. подвижная игра «Мы веселые мартышки».

Под аудиозапись веселой музыки дети выполняют движения в соответствии с текстом стихотворения и по показу инструктора.

Ведущий.

Мы – веселые мартышки.

Мы играем громко слишком.

Мы в ладоши хлопаем,

Мы ногами топаем,

Надуваем щечки,

Скачем на носочках.

Мы друг другу даже

Язычки покажем.

Шире рот откроем,

Гримасу всем построим.

Так утром на полянке

Резвятся обезьянки.

Дети.

Раз, два, три, четыре, пять,

Никому нас не догнать.

Бегут врассыпную. Ведущий их догоняет.



5.эстафета «Меткая обезьянка»

По одному участнику кидают бананы в корзину.

6.эстафета «Спасти обезьянку»

Одна обезьяна переводит по гимнастической скамейке, по одной обезьяне на другую сторону острова (зала) держась за хвост



Инструктор: Ребята, вам понравилось быть обезьянками? Где вы сегодня побывали? Что вы делали в Африке? Что вам больше всего понравилось? Вы снова стали детьми! Но частичка веселой обезьянки осталась в каждом из вас.

Какое у вас сейчас настроение? (Радостное).

Сохраните это настроение до конца дня! До свидания!

