КЗ «Інноваційно-методичний центр»

Відділ освіти виконкому Тернівської районної у місті ради

КЗ «ДНЗ (ясла-садок) №215» Криворізької міської ради

***Конспект***

***спортивної розваги***

***«Морські пригоди «Переможця»»***

***з дітьми 6-го року життя***

Інструктор з фізичної культури:

Борецька Н.І.



Кривий Ріг

**Програмовий зміст:** залучення дошкільників до спорту, здорового способу життя. Виховувати морально-вольові якості: сміливість, наполегливість, витримку, почуття взаємодопомоги, співпереживання. Розвивати фізичні якості, спритність, швидкість, силу, витривалість, гнучкість. Вдосконалювати основні види рухів: біг у швидкому темпі, повзання, стрибки. Створити сприятливий емоційний настрій. Розвивати інтерес дітей до спортивно-масових заходів.

**Обладнання:** кеглі (6 шт.), 2 гімнастичні лави, муляжі фруктів (12 шт.), 2 тунелі, імітація – «водорості», швабри (12 шт.), весла (12 шт.), «морські мешканці» - (12 шт.), 4 обруча, 4 кошика, 2 рятівних круга.

**Хід заняття:**

Капітан корабля «Переможець» пропонує вирушити в навчальне морське плавання. Завдання важливе і відповідальне. На навчальні збори прибули сміливі, відважні, спортивні команди.

**Привітання 2-х команд:**

Команда «Дельфіни». Девіз: «Ми дельфіни браві, на змаганнях жваві».

Команда «Морські зірки». Девіз: «Ми морські зірки, зі спортом дружимо, виростаємо спритними і дужими».

Юнги кожної команди розповідають, якими мають бути матроси:

* Сміливі;
* Витривалі;
* Розумні;
* Спритні;
* Сильні;
* Дружні;
* Веселі;
* Кмітливі;
* Швидкі;

Капітан пропонує зробити фізкультурну зарядку з веслами.

**«Зарядка для юнг»**

1. Ходьба звичайна, як «матроси», «морські вовки», «черепашки», «морський коник», біг «морською хвилькою».
2. Комплекс загально-розвиваючих вправ:

1). «Весло вгору» - повт. (6-8р.)

2). «Повороти в сторони» - повт. (8р.)

3). «Сушимо весла» - повт. (8р.)

4). «Присідання» - повт. (8р.)

5). «Стрибки через весло» - повт. (8р.)

3. Вправа на відновлення дихання «Вітер надуває вітрила» повт.( 3р.)

- Діти на лаві імітують греблю веслом.

**1. Естафета «Між рифами»** (стрибки на 2-х ногах «змійкою» між кеглями.

**2. Естафета «Пролізь по слизькій палубі»** (повзання по гімнастичній лаві на животі, підтягуючись руками).

**3. Естафета «Прибирання палуби»** (шваброю збирають водорості у сміттєвий бак «обруч»).

**4.** **Малорухлива гра «Море хвилюється раз»** (імітація морських мешканців).

**5. Естафета «Пірнання на морське дно»** (прорізання через тунель).

**6. Вправа «Увага»** (терміни на морську тематику – діти плескають в долоні, щось інше – присідають).

**7.** **Естафета «Порятунок потопаючого»** (біг із рятувальним кругом, передаючи наступному гравцю).

**8.** **Естафета «Поповнення запасів»** (діти стають ланцюжком, капітан команди бігає за фруктами і передає своїм юнгам).

Юнги приплили до берега.

**Танок «Ти морячка, я моряк»**

Нагородження учасників медалями і цінними подарунками.