***Сценарий физкультурного досуга «Малая Олимпиада»***

***для детей старшего дошкольного возраста.***

**Задачи:** формировать навыки здорового образа жизни у детей; укреплять здоровье и обогащать двигательный опыт за счёт разных упражнений лёгкой атлетики; совершенствовать навыки бега, метания, прыжков в длину с места; воспитывать любовь к занятиям спортом, интерес к результатам и достижениям спортсменов.

**Участники:** дети из групп старшего дошкольного возраста.

**Оборудование:** мешочки с песком (вес 200 г); разметка для прыжков в длину, метания на дальность и бега на скорость, секундомер, красный флажок; фишки ( 4 шт.), эстафетная палочка( 4 шт.), мяч среднего диаметра ( 4 шт.).

**Место проведения**: спортивная площадка ДОУ.

**Ведущий:** инструктор по физической культуре (воспитатель).

Ход

*Под звуки марша участники входят на спортивную площадку, проходят круг и выстаиваются в две колонны – одна напротив другой.*

**Инструктор:** Добрый день, дорогие ребята – все, кто пришёл к нам на праздник! Сегодня в нашем саду замечательное событие - Малая Олимпиада. Наша Олимпиада будет посвящена одному из видов спорта - лёгкой атлетике. Олимпийский девиз «Быстрее, выше, сильнее!» относится именно к Королеве спорта - лёгкой атлетике. Какие виды спорта входят в лёгкую атлетику?

**Ответы детей:** (Ходьба, бег, прыжки, метание).

Сегодня здесь собрались самые быстрые и ловкие дети нашего детского сада. Именно вы будете бороться за звание победителя.

На флаг Олимпийских игр равняйсь! Смирно! Поднять флаг Малых Олимпийских игр!

*Под торжественную музыку поднимают Олимпийский флаг. Считать Малые Олимпийские игры открытыми.*

1-й ребёнок.

Спорт нам плечи расправляет,

Силу ловкость нам даёт.

Он на мышцы развивает,

На рекорды нас зовёт.

2-й ребёнок.

Ярким солнцем озарён,

Нас встречает стадион!

Тренируясь, мы растём,

Мы сильнее с каждым днём.

На рекорды нас зовёт.

**Инструктор:** А сейчас разрешите представить команды сегодняшних соревнований.

*Дети заранее разделены на старшую и подготовительную группы, на группу девочек и мальчиков - всего 4 команды: 1 команда - дети старшей группы, 2 команда - мальчики старшей группы, 3 команда - девочки подготовительной к школе группы, 4 команда - мальчики подготовительной к школе группы. Определены капитаны команд.*

*Звучит песня «Физкульт-ура!» ( слова Петровой, музыка Ю. Чичкова)в исполнении детей.*

**Инструктор:**  Соревнования пройдут по трём видам спорта: бег на 30 метров- 2 попытки, прыжки в длину с места- 3 попытки, метание мешочка вдаль-3 попытки. По каждому виду движений будет объявлен победитель среди мальчиков и девочек.

**Инструктор:**

Прежде чем соревноваться,

Мы должны скорей размяться.

Упражнения выполняйте,

За мною дружно повторяйте.

*Музыкально - ритмическая композиция «Вместе весело шагать» (музыка В.Шаинского, описание движений А.И. Бурениной) в исполнении участников соревнований.*

*Переход к следующему этапу олимпиады.*

*Каждая команда выполняет задания согласно маршрутным картам. Место проведения каждого этапа празднично украшено и обозначено вывесками:*

*« Прыжки в длину с места», « Бег», « Метание».*

**Инструктор.**Отгадайте, как называется этот спортсмен?

Прыгать очень далеко

С детства я учился,

Делать это нелегко,

Успехов я добился!

**Дети.** Прыгун.

***Прыжки в длину с места.*** Прыжок выполняется по очереди, в заполненную песком яму. Каждый ребёнок выполняет три прыжка подряд без интервалов. Измерение длины прыжка производится от линии отталкивания до места приземления пятки с точностью до сантиметра. Лучший результат фиксируется помощниками соревнований.

***Один из видов легкой атлетики - Метание предметов вдаль.***

От линии старта ребёнок выполняет метание мешочка на дальность. Ребёнок производит 3 броска правой рукой ( по желанию детей можно кидать левой рукой. Лучший результат фиксируется помощниками соревнований.

**Инструктор.** Отгадайте, как называется спортсмен.

Бегу я очень быстро,

Стараюсь как могу.

Недаром же я спринтер

И к финишу спешу!

**Дети.** Бегун.

***Бег на 30 метров.***

По команде «Марш!» дети с высокого старта бегут до флажка, который размещается на 2-3 метра дальше финишной линии. Фиксируется время пробегания. Поочерёдно пробегают дистанцию все дети. Затем даётся вторая попытка. Лучший результат фиксируется помощниками соревнований.

*После прохождения всех этапов дети собираются на спортивной площадке.*

**Инструктор:**

Все сегодня молодцы!

Все сегодня удальцы!

Вы очень хорошо соревновались, а нам было очень интересно на вас смотреть.

А сейчас вставайте в круг - будем играть!

Проводятся игры-эстафеты.

- « Быстроногие»- бег с эстафетной палочкой.

- «Пингвины»- прыжки на двух ногах с продвижением вперёд с мячом, зажатым между ног.

***Награждение.***

Под « Спортивный марш» М. Протасова команды совершают круг почёта, встают в четыре колонны.

Инструктор. Начинаем награждение. Предоставляет слово жюри.

*Награждение детей, занявших в отдельных видах призовые места. Дети занявшие 1,2,3 места в отдельных видах награждаются грамотами и подарками. Все остальные дети получают поощрительные призы.*

**Ребёнок:**

Спорт ребята очень нужен!

Мы со спортом очень дружим!

Спорт-помощник, спорт- здоровье,

Спорт- игра, фикульт…

**Дети:** Ура!

**Инструктор:** Команды, стройся! На флаг равняйся! Смирно! Спустить флаг Малых Олимпийских игр!

*Ребята – победители игр спускают флаг и совершают круг почёта.*

**Инструктор:** Соревнования закончились. Желаю всем здоровья, тепла и радости. До новых спортивных встреч.

Физкультурный досуг заканчивается флешмоб с участием всех детей дошкольных групп: *«Дружат дети всей планеты».*

Используемая литература:

1.Харченко Т.Е. Организация двигательной деятельности детей в детском саду.-СПб.: ООО « ИЗДАТЕЛЬСТВО « ДЕТСТВО\_ ПРЕСС», 2010.-176с,,ил.

2.Аксёнова З.Ф. Спортивные праздники в детском саду: Пособие для работников дошкольных учреждений.-М.:ТЦ Сфера,2003.-64с. ( Серия « Вместе с детьми».)

3.Журнал « Дошкольное воспитание», 9/2014.