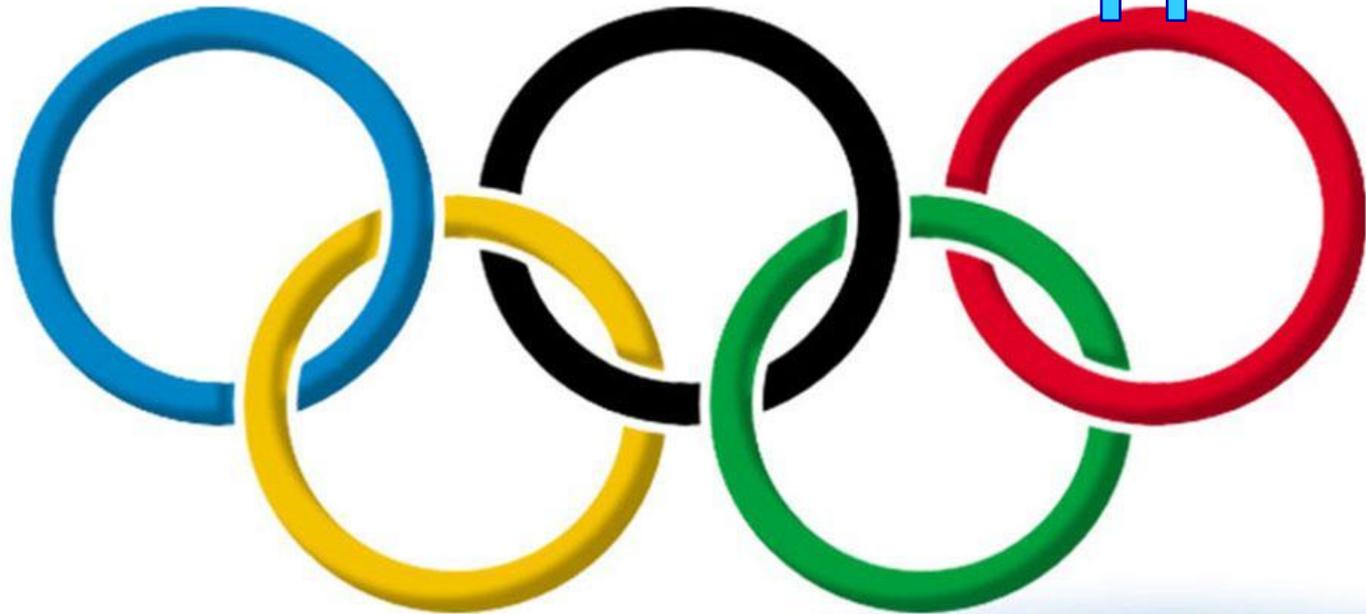


# "Олимпийские звездочки"



*Инструктор по физической  
культуре:*

*Г.В. Штольп*

## Цель:

- Формировать у дошкольников начальные представления об Олимпийских играх.
- Привлечь интерес к большому спорту, в том числе к Олимпийским играм « Сочи 2014 года».

## Задачи:

Доставить детям удовольствие, поддерживать положительный эмоциональный настрой в играх, музыкально-ритмических композициях, эстафетах.

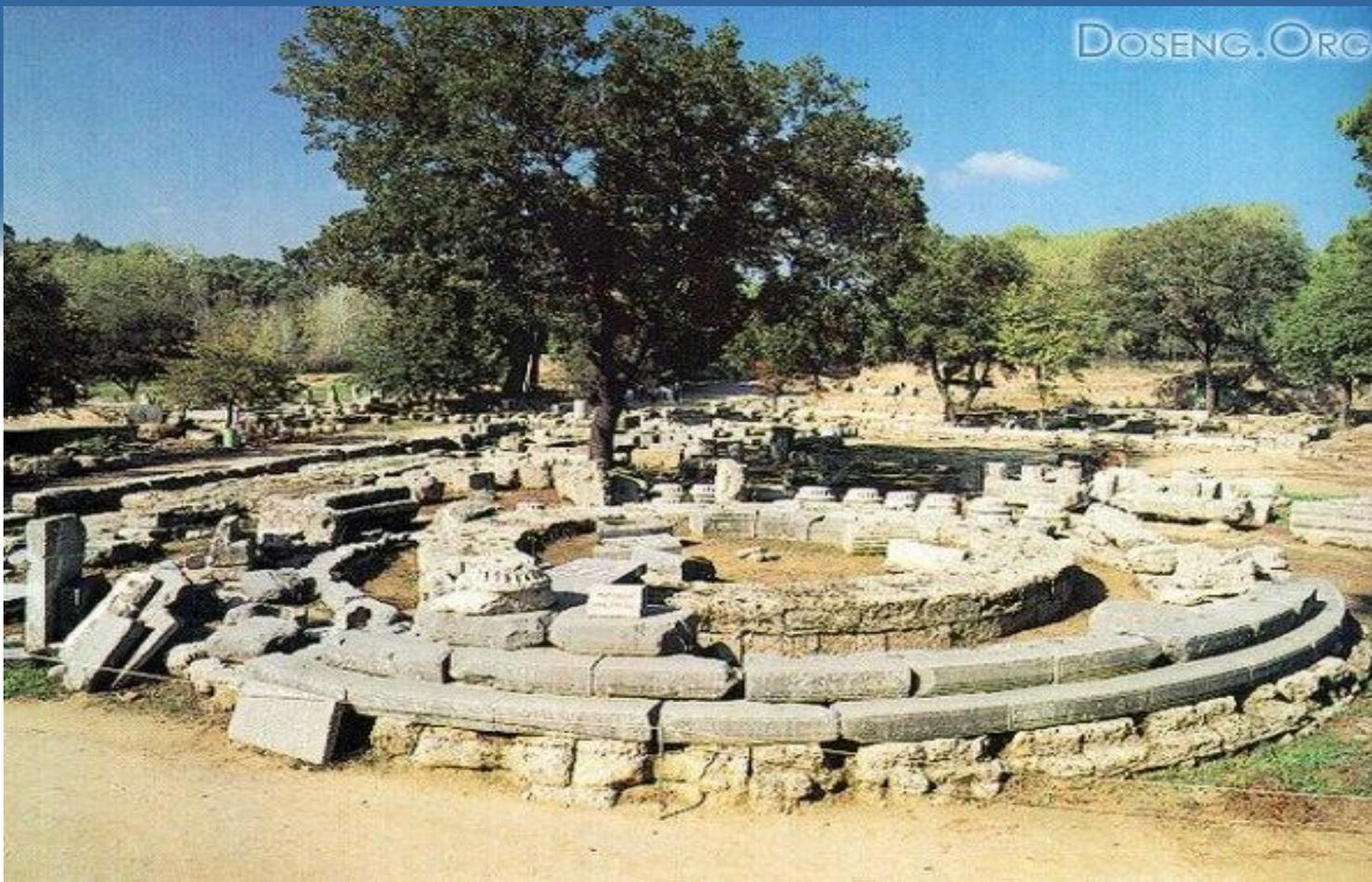
- ❖ Воспитывать любовь к физической культуре и спорту, чувство товарищества и спортивный характер.
- ❖ Укреплять здоровье детей, закалять детский организм.
- ❖ Формировать физические качества (силу, ловкость, выносливость), двигательные умения и навыки

## Предварительная работа

Чтение художественной литературы на спортивную тематику;

- ❖ Рассматривание репродукций, альбомов на спортивную тематику;
- ❖ Просмотр мультфильмов на спортивную тематику;
- ❖ Просмотр видеоматериалов, где представлены элементы олимпийских игр – шествие спортсменов, поднятие флага, соревнования;
- ❖ Беседы о спорте.
- ❖ Разучивание песен о спорте, знакомство со спортивными маршами;



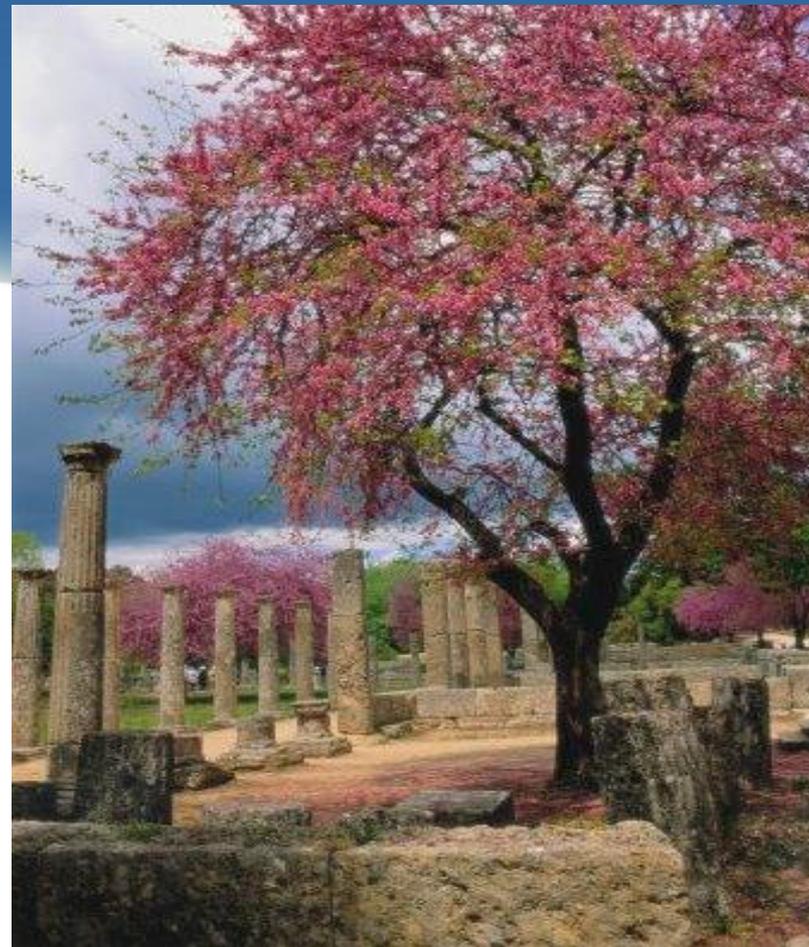


Олимпийские игры! Что это такое? Это состязания лучших спортсменов.

Давайте сегодня совершим путешествие во времени. Мы побываем в Древней Греции - стране, где давным-давно, за восемь веков до нашей эры, впервые проводились Олимпийские игры. (Слайд 2)

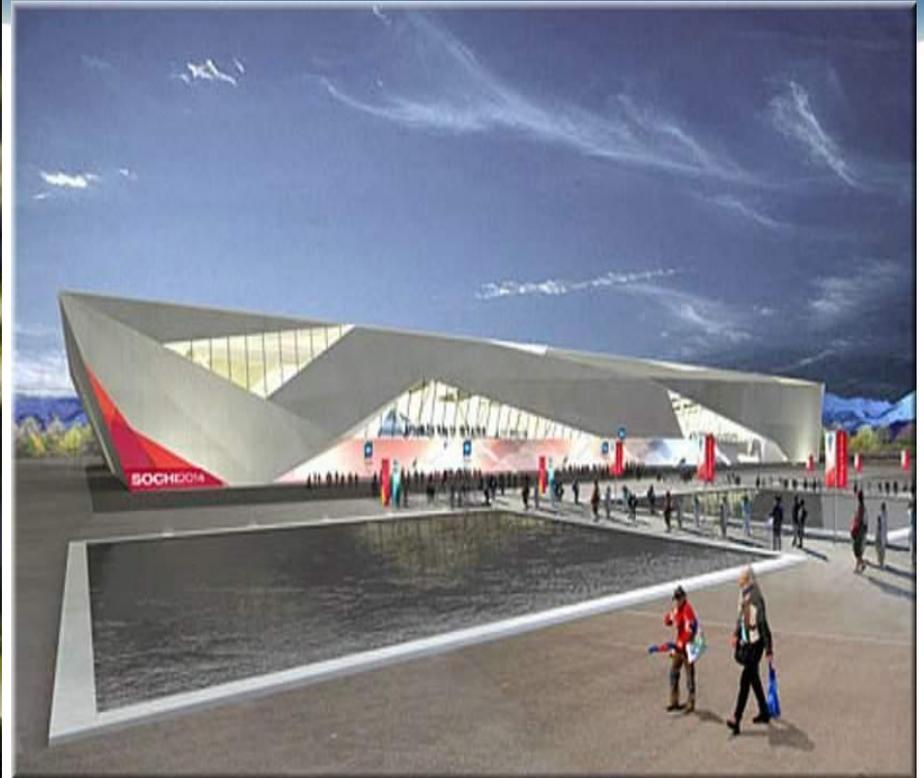


Посреди плодоносной долины западной части Пелопоннеса в живописнейшей местности раскинулась **Олимпия** – выдающийся культурный центр древней Эллады



По легенде Ифит - царь Элиды - обратился к мудрецу, Дельфийскому оракулу, с вопросом: "Что сделать, чтоб уберечь народ от воин и грабежей?" И мудрец посоветовал ему проводить спортивные игры, которые сдружили бы всех греков. В Греции любили спорт и обрадовались этому решению. Стой поры раз в четыре года, "между жатвой и сбором винограда", по дорогам страны отправлялись во все стороны послы, которые несли весть о предстоящем олимпийском празднике (слайд3)

# Столица Зимних Олимпийских игр Сочи-2014



Очень скоро Олимпийские игры пройдут в нашем любимом городе Сочи  
( Слайд 4)



# Ходьба в колонне



Спортсмены всех стран примут в них участие.  
Сегодня мы проведем свои Детские игры «Олимпийские звездочки»

Откроется Олимпиада пусть с Олимпийского парада!  
Постройтесь в ровную колонну, и мы пройдем по стадиону. (Дети строятся в колонну и проходят по залу).  
(Слайд 5)



# Клятва

Перед соревнованиями каждый атлет давал клятву соблюдать правила честной спортивной борьбы. (Слайд 6)



Клятва



Символ Олимпиады – пять сплетённых цветных колец – обозначают дружбу между людьми всех континентов: Европы, Азии, Африки, Австралии и Америки (Слайд 8)



# Олимпийский флаг

Уважаемый председатель  
Олимпийского комитета  
(заведующий МБДОУ)!  
Участники соревнований  
малых олимпийских игр  
построены. Разрешите  
внести олимпийский флаг.  
(Слайд 8)



# ОЛИМПИСКИЙ ОГОНЬ



**Инструктор по физической культуре:**  
Показать своё умение может каждый в этот раз!  
Потому что Олимпийцы подрастают среди вас!

Считать Малые Олимпийские игры открытыми!

**Инструктор по физической культуре:**

Спортивный праздник продолжают состязания. В них примут участие три команды «Радуга», «Факел», «Олимпийские кольца».



# Лиса Алиса и кот Базилио



**Инструктор по физической культуре:**

**Задание 1.** «Какие сказки спрятались за геометрическими фигурами»

Внимательно посмотрите на эти фигуры и постарайтесь понять, герои из какой сказки здесь зашифрованы. (Слайд 10)



# Ритмические упражнения



**Звучит песня лисы Алисы и кота Базилио Р.Быков, Е.Санаева**

На площадку выбегают воспитатели в костюмах Кота Базилио и Лисы Алисы.

**Лиса:** Ой, а что это за маленькие ребятки здесь собрались? На Олимпиаду? Да вы же слабые, хиленькие, вы же ничегошеньки не умеете делать.

**Инструктор по физической культуре:** Ты что, Лиса! У нас каждый день зарядка у ребят. Два раза в неделю физкультурные занятия, дни здоровья, прогулки с играми. Да ты даже не знаешь столько упражнений, сколько наши ребята знают.

**Кот:** Очень любопытно посмотреть на ваши умения!

**Инструктор по физической культуре:** Ребята! На зарядку становись!

Все дети встают врассыпную на площадке и под музыку (аудиозапись песни «Зарядка» Алена Стихарева) делают ритмические упражнения (авторская разработка) (Слайд 11)



# Фигурное катание на лыжах



Соревнования команд мы начинаем с викторины.  
(Ответы на сайдах)

Вопросы команде «Радуга»

- Как называется игра, в которой надо забросить мяч в корзину? (баскетбол)

- Что такое фристайл? (фигурное катание на лыжах

Слайд12)



# Футбол

# г. Сочи



## Вопросы команде «Факел»

- Как называется игра, в которой нельзя брать мяч руками (футбол)

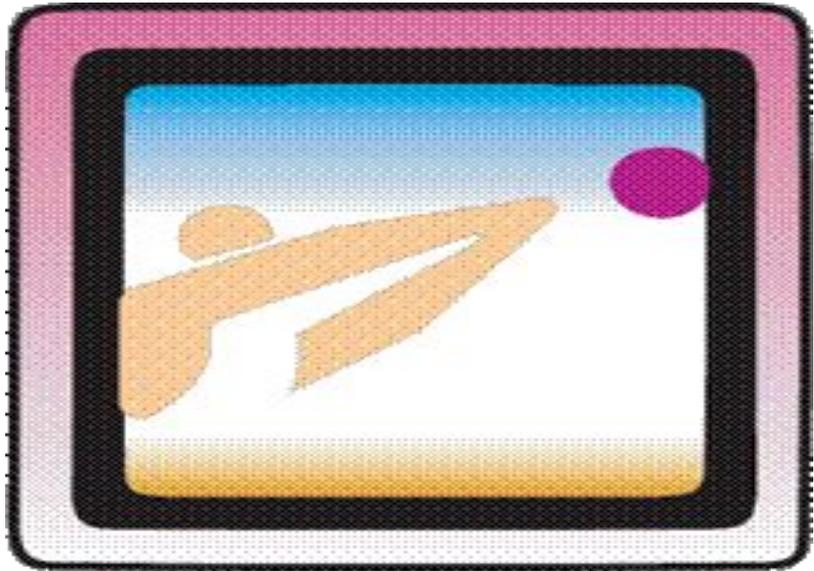
- Где пройдут Олимпийские игры в 2014 году?

(Сочи слайд 13)



# Волейбол

# Талисманы Олимпиады



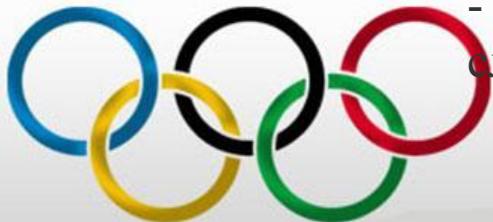
**Вопросы команде «Олимпийские кольца»**

- В какой игре нельзя бросать мяч на площадку?

(волейбол)

- Назовите талисманы сочинской Олимпиады? (талисманы

слайд 14)



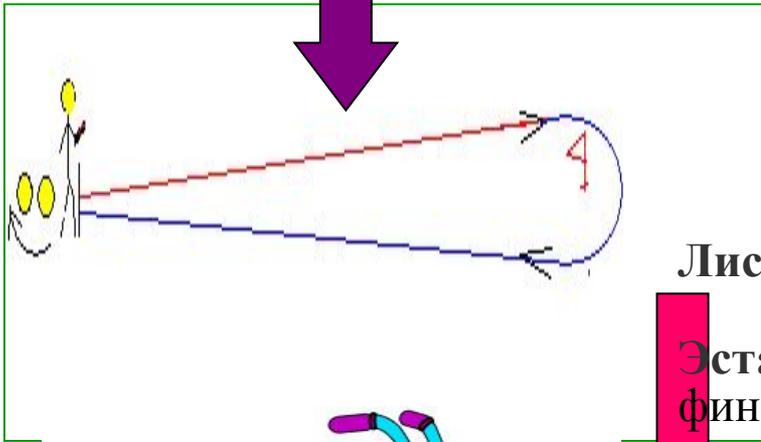
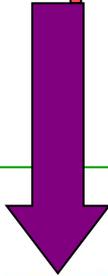
# Гимнастика для глаз

Представьте, что на вас дует ветер.  
Поморгайте глазами.



# Эстафеты!

## Эстафета 1



## Эстафета 2



## Эстафета 3

Лиса Алиса и кот Базилио участвуют в эстафетах.

**Эстафета «Беговая разминка».** Дети бегут до финиша и обратно, передают эстафетную палочку.

**Эстафета «Носильщики».** Первый участник бежит с двумя мячами, держа в руках перед собой до финиша и обратно, передает второму участнику.

**Эстафета «Змейка».**

По моему сигналу вам нужно на велосипедах объехать куб и вернуться обратно. Чья команда первая завершит, та и победит. (Слайд 16)



# Дыхательная гимнастика



## Дыхательная гимнастика

Упражнение № 4. «Погасит 3,4,5,6,...10 свечей». На одном выдохе "погасите" 3 свечи, разделив ваш выдох на три порции. Теперь представьте, что у вас 5 свечей. Не старайтесь вдохнуть как можно больше воздуха. Пусть объем останется тот же, просто каждая порция воздуха на выдохе станет меньше. С помощью статических и динамических дыхательных упражнений тренируются брюшные мышцы и мышцы диафрагмы. (Слайд17)



# Награждение



## **Инструктор по физической культуре**

Вот и закончилась у нас Олимпиада, и попрощаться всем теперь нам надо. Я считаю, что в сегодняшней игре не было побежденных, все стали победителями. А это и есть самое важное.

**Лиса Алиса и кот Базилио награждают всех участников медалями. (Слайд18)**

