«В гостях у Нептуна»

Спортивное развлечение для детей старшей группы.

2018 год

Инструктор по физической культуре Бочарова Е.В.

Цель: Способствовать развитию основных физических качеств, двигательных умений и навыков дошкольников.

- **Задачи:**
- Упражнять в челночном беге, прыжках в длину с места, в сохранении равновесия.
- Способствовать развитию и укреплению мышц верхних и нижних конечностей, брюшного пресса. Упражнять навык правильной осанки.
- Воспитывать чувство командности, воли к победе, внимательности.
- **Оборудование:** Уличная спортивная площадка, емкости с водой, формы для переноса воды, рыбки резиновые, ориентиры.

Дети подготовительных групп собираются на спортивной площадке. В назначенное время к ним приходит «Пират» и предлагает в этот жаркий и теплый день увлекательное путешествие в царство Нептуна.

Вводная часть: Разминка. Выполняются различные виды бега и ходьбы в игровом варианте. Дети «помогают рыбкам переправится с одного берега на другой».

Основная часть: Появляется Нептун со своей свитой русалок и предлагает детям пройти разные испытания. Испытание первое «Повтори за русалкой». Выполняются ОРУ.

Затем второе испытание: «Чья команда быстрее воды принесет?» Дети упражняются в челночном беге, пролезании, прыжках в длину.

Испытание третье- подвижная игра «Повтори за Нептуном». Нептун выполняет определенный порядок движений, дети должны запомнить и повторить. Нептун намеренно меняет движения, пытаясь обмануть детей. Дети должны проявить внимательность и выполнить порядок движений правильно.

Заключительная часть: Выполнив дыхательную гимнастику «Морские ветра» и в награду за пройденные испытания дети получают «подарок от Нептуна и его свиты»- танец русалок «водная дискотека»

Под веселую музыку Нептун и его свита интересуются , как детям понравилось в их царстве? Затем прощаются с детьми, обещая обязательно вернуться. Занятие окончено, дети расходятся по своим участкам.