

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
“Центр развития ребенка – детский сад № 28 “Огонек”

**Методическая разработка по физическому воспитанию
Сценарий физкультурного досуга «День бегуна- 2022»**



*Автор: Ваганова Евгения Владимировна
инструктор по физической культуре*

город Бердск

Описание: Досуг был приурочен к всероссийскому дню бега «Кросс нации - 2022».

Данная разработка рассчитана на детей старшего дошкольного возраста и будет интересна для инструкторов по физической культуре, воспитателей и методистов дошкольных образовательных учреждений.

Цель: Воспитание у детей потребности в занятиях физической культурой, в здоровом образе жизни.

Задачи:

- Объединить детей в совместной деятельности.
- Совершенствовать в соревновательной форме навыки бега.
- Развивать быстроту, ловкость, координационные способности.
- Воспитывать внимание, уважение к сопернику и товарищам по команде, взаимопомощь, терпение и целеустремлённость.
- Закрепить знания детей о различных видах бега, о том, где полезно заниматься бегом и в каких случаях вредно.
- Способствовать положительному эмоциональному подъёму детей.

Продолжительность досуга: 50 минут

Предварительная работа:

- Изготовление эмблем и медалей, тематических плакатов.
<https://cloud.mail.ru/public/Lpt2/AaEw9AqqD>
<https://cloud.mail.ru/public/KWUy/kNB4YfZfg>
- Изготовление пазлов с изображением спортивных видов бега.
<https://cloud.mail.ru/public/9Vxc/WpJqARTy3>
- Подготовка материала для музыкального сопровождения.
<https://cloud.mail.ru/public/fHgz/cDBBtZwVn>
- Подготовка и проведение накануне для детей беседы с применением мультимедийной презентации «Немного о беге».
<https://cloud.mail.ru/public/gMC6/8zwKALv75>

Действующие лица: 1 ведущий, баба Яга

Материалы и оборудование (на три команды):

- эстафетные палочки – 3 шт.,
- большие конусы – 3 шт.,
- маленькие конусы – 9 шт.,
- барьеры – 6 шт.,
- обруч d=50см – 3 шт.,
- обруч d=90см – 3 шт.,
- Кубики – 6 шт.,
- Крупные пазлы с изображением различных видов бега – 3 набора.

Ход мероприятия:

Команды под музыку заходят в спортивный зал, проходят круг почёта, затем строятся в полукруг.

Ведущий: Добрый день, дорогие ребята, родители и гости. Я рада приветствовать вас на нашем спортивном празднике.

Под музыкальное сопровождение из кинофильма «Спортлото 82» вбегают баба Яга с криками «Баба Яга против!» оббегает зал несколько раз спортивный зал и, запыхавшись, продолжает ворчать, что она против.

Ведущий: Ребята, кто это к нам пожаловал на праздник? (ответы детей)

Ведущий: Здравствуй, баба Яга! Что происходит и почему ты против?

Баба Яга: Да я очень, очень против! Против того, что вы без меня праздник решили устроить! И какой-то странный у вас праздник. Как-то вы одеты не по-праздничному.

Ведущий: Баба Яга, ты прости нас, пожалуйста. Присоединяйся к нам. А одеты мы так, потому-что у нас спортивный праздник. А чему он посвящён, нам расскажет...

1 ребёнок:

Ноги и мышцы все время в движении -

Это не просто идет человек.

Такие вот быстрые передвижения

Мы называем коротко — бег (Слово *бег* произносить всем вместе)

Ведущий: Совершенно верно! Мы наши соревнования посвятим бегу. Недавно вся наша страна отмечала всемирный День бега, в нашем городе тоже прошёл «Кросс нации». Но, к сожалению, дошколята не могли принять в нём участие. Поэтому мы с ребятами решили устроить свой день бега. А за что мы так любим бег, тебе расскажут...

2 ребёнок:

Я бегом наслаждаюсь,

Бегу, бегу, бегу!

Земли едва касаюсь,

Как будто я лечу!

3 ребёнок:

Свободные движенья,

Мне дышится легко!

В отличном настроенье

Бегу я далеко.

4 ребёнок:

Мне горизонт маячит,

И солнце с высоты,

Желая мне удачи,

Льет теплые лучи!

5 ребёнок:

И наполняет силой
Меня волшебный бег.
Какой же я счастливый –
Бегущий человек!

Баба Яга: Здорово! Ну и как же будет проходить этот ваш спортивный праздник?

Ведущий: А об этом нам расскажут...

6 ребёнок:

На уроке физкультуры,
нам сказали по секрету,
что сегодня, все, ребята,
будут бегать - эстафету.

7 ребёнок:

На команды нас разбили
И дают задание.
Мы участвуем впервые
В спорт соревнованиях.

Ведущий: Судить наши соревнования будут строгие, но справедливые судьи.

Ведущий представляет команду судей.

Ведущий: А тебя, баба Яга, я назначаю моим главным помощником.

Баба Яга радуется.

Слово для приветствия предоставляется командам. Команды произносят своё название и общий девиз:

Хочешь быть сильным – бегай!
Хочешь быть красивым – бегай!
Хочешь быть умным – бегай!

Ведущий: Но прежде чем соревноваться, мы все должны скорей что сделать?
(ответы детей)

Баба Яга: Ура! Руки, ноги разминаем и шагаем, и шагаем.

*Проводится музыкальная разминка во главе с **Бабой Ягой**.*

После разминки ведущий предлагает командам занять места на линии старта.

Ведущий:

Есть командная игра,
Нам её узнать пора.
Эстафета - просто палка
И отдать её не жалко.
С палкой нужно побежать,
И другому передать.

I Эстафета «Бег с эстафетной палочкой». (большие конусы - 3 шт., эстафетная палочка- 3 шт.)

Описание: По команде дети бегут до флажка, оббегают его и возвращаются обратно, передают эстафетную палочку следующему участнику. Выигрывает команда, которая первая закончила дистанцию.

Ведущий:

Теперь не простая эстафета!
Нужно змейкой пробежать,
И ладонью эстафету
Своему другу передать!

II Эстафета «Бег Змейкой». (большие конусы - 3 шт., маленькие конусы -9 штук.)

Описание: По команде дети бегут змейкой между конусами до флажка, оббегая его, возвращаются обратно по прямой. Эстафета передаётся хлопком руки по ладони следующего участника. Выигрывает команда, которая первая закончила дистанцию.

Ведущий:

На старт! Вниманье! Я взлетел!
И вот – он – первый мой барьер.

III Эстафета «Бег с барьерами». (большие конусы - 3 шт., барьеры- 6 шт.)

Описание: По команде дети бегут, перепрыгивая через барьеры, оббегают флажок и бегут обратно по прямой. Эстафета передаётся хлопком руки по ладони следующего участника. Выигрывает команда, которая первая закончила дистанцию.

Ведущий:

Сквозь обруч быстро пробегайте,
Но обруч головой не задевайте!

IV Эстафета «Бег сквозь обруч». (большие конусы - 3 шт., обруч d=90см – 3 шт.)

Описание: По команде первый участник бежит по прямой, пробегает сквозь обруч, находящийся вертикально, оббегает финишный конус и бежит обратно сквозь обруч, передавая эстафету хлопком руки по ладони следующего участника. Выигрывает команда, которая первая закончит дистанцию.

Ведущий: Сейчас нас ждёт последнее испытание. Это челночный бег!

V Челночный бег (обруч d=50см – 2 шт.)

Первые участники стоят на линии финиша с кубиком в руках, второй кубик лежит на полу рядом с линией старта. По команде бегут по прямой до обруча, кладут кубик в обруч. Затем возвращаются, берут второй кубик и снова бегут назад к обручу. Положив второй кубик в обруч, выпрямляются и поднимают руки вверх. Затем по команде, берут кубики, идут к линии старта, передают их следующим участникам и встают в конец строя.

Ведущий: Ну что ж, наши дети прошли все испытания! И я хочу поблагодарить бабу Ягу, за то, что она помогла в этом ребятам. И за это, баба Яга, мы предлагаем тебе поиграть с нами в игру «Салки». Ведь бег нужен не только для того, чтобы соревноваться, но и чтобы весело проводить время в играх.

Подвижная игра «Бабка Ёжка – костяная ножка»

Описание игры: Дети стоят в кругу, взявшись за руки. **Бабка Ёжка** находится в центре круга. Дети ведут хоровод вокруг Бабки Ёжки и произносят слова:

«Бабка Ёжка, костяная ножка,

С печки упала, ногу сломала,

Побежала в огород,

Распугала весь народ».

После последних слов дети начинают убегать от Бабы Яги в определённом направлении. До кого Баба Яга дотронется, тот «превращается в камень», замерев на месте. По сигналу дети, которых не заколдовали, встают в определённое место.

Баба Яга расколдовывает оставшихся детей только после того как дети об этом вежливо попросят и извиняться за то, что дразнили её.

Баба Яга *стоит, потупив взгляд и «ковыряет» пол ножкой.*

Ведущий: Баба Яга, что случилось, почему ты грустная? Мы тебя на праздник пригласили, поиграли с тобой.

Баба Яга: Мне очень стыдно!

Ведущий: Что случилось?

Баба Яга: Когда я узнала, что у вас будет праздник, а меня не пригласили, то я разозлилась. Я увидела у вас на столе картинки и разорвала их. Вот... А чтобы их нельзя было склеить, я каждую картинку заточила в специальную плёнку и теперь их от туда не вытащить.

Баба Яга *передаёт ведущему «разорванные картинки»*

Ведущий: Баба Яга, ты конечно плохо поступила. Но как говорится: «Нет худа без добра!» Ты же сделала самую настоящую игру, которая называется пазлы. Игра в пазлы, это когда из разных отдельных кусочков собирают одну картинку. Сейчас ребята покажут тебе, как собирать пазлы.

Каждая команда собирает картинку с изображением определённого вида бега и называет его. При описании картинки с изображением оздоровительного бега ведущий просит детей рассказать Бабе Яге, в каких местах полезно заниматься таким бегом и где и в каких случаях очень вредно для здоровья.

Затем дети строятся в определённые места.

Ведущий: Слово предоставляется нашим многоуважаемым судьям.

Судьи хвалят детей, присваивают каждому ребёнку звание «Самый быстрый» и награждают медалями.

Бабе Яге *присваивается звание «Лучший спортивный помощник», вручается медаль и приглашение на следующий спортивный праздник.*

Дети прощаются с Бабой Ягой и организованно покидают спортивный зал.

Источники

Стихи:

1. <https://stihi.ru/2013/07/06/785>
2. http://stihi-pro.pp.ua/sid_0_cid_1_tid_0/stihi_pro_begunov.html
3. <https://uchitelya.com/fizkultura/15975-zagadki-o-fizkulture-i-sporte-dlya-mladshih-shkolnikov.html>
4. <https://stihi.ru/2016/08/30/10018>