

Аттракционы РПС «Большие гонки» 8 февраля 2019 г.

начало праздника в 10: 00

Ход мероприятия (цвет **11 красный** **55 синий**)

Здравствуйте! Сегодня четверг, 14 февраля, местное время 10.00 и мы начинаем районный фестиваль аттракционов-2019 «Большие гонки».

Приветствуем участников!

Воспитанники д/с № 11 *(перечислить согласно заявке)*

Воспитанники д/с № 55 *(перечислить согласно заявке)*

Парад команд марш № 1

(проходят круг по залу и садятся на стулья).

Ведущие фестиваля Чабанова О.С. воспитатель по ФК дс № 11

Середкина Л.В. инструктор по ФК дс № 55

Цель физической культуры: Быть здоровым и с фигурой!

Наш девиз: «Один за все, все за одного!» (дети)

Совет: «Утро встречают зарядкой, вечер провожают прогулкой»

Приглашаем на разминку: «Лепим снеговиков» № 2

(встают на круги, после разминки садятся на стулья)

Ведущий: Дисциплину держать – значит побеждать.

Ведущий: Соблюдать правила нам помогут стрелки. *(рассказать)* Делать все дружно ваше внимание. А все аттракционы будут начинаться по сигналу –

СВИСТОК

Помогать нам будет воспитатель: Ерина Ю.Н.

Команды на старт

Слова ведущего	Оборудование для каждой	Правила проведения
«Спортивная ходьба» №3		
<p>Восточная мудрость гласит: «Если хочешь быть здоров, делай в день десять тысяч шагов»</p> <p><i>Упражнение на востан. дыхания</i></p>	<p>Финальная фишка Эстафетная палочка</p>	<p>Команда на старте. Эстафетная палочка в левой руке. По очереди, каждый участник идет спортивной ходьбой по прямой. Обойдя фишку, возвращается в команду, передав эстафетную палочку, встает в конец команды. Капитан поднимает эстафетную палочку вверх, когда эстафета закончена. (Вся команда стоит)</p>
«Пословица недаром молвится»		
1 место	<i>Пешком ходить – долго жить и дорогу осилит идущий!</i>	
2 место	<i>А кто не ходит тот не падает - не падай духом ободрись.</i>	
«Бег по прямой» №4		
<p>В Древней Элладe на высокой скале были выбиты такие слова: «Если хочешь быть здоровым – бегай! Если хочешь быть красивым – бегай! Если хочешь быть умным – бегай!»</p> <p><i>Упражнение на востан. дыхания</i></p>	<p>Финальная фишка Без предмета</p>	<p>Команда на старте. По очереди, каждый участник бежит по прямой. Обежав фишку, возвращается в команду, передав эстафету касанием за плечо, встает в конец команды. Капитан поднимает руку вверх, когда эстафета закончена. (Вся команда стоит)</p>
1 место	<i>Молодцы! Быстрого и ловкого болезнь не догонит.</i>	
2 место	<i>Задумали бежать, так нечего лежать. Спешить не спешите, а поторапливайтесь.</i>	

«Бег змейкой» №5		
«Умный, в гору не пойдет, умный – гору обойдет!» <i>Упражнение на востан. дыхания</i>	Финальная фишка и 4 фишки меньшего размера	Выставленные по дистанции фишки, во время прохождения эстафеты, огибаются только в одну сторону, обратно бегут по прямой. Команда на старте. Выполнив задание прохождения пути, каждый участник команды передает эстафету касанием за плечо. Капитан поднимает руку вверх, когда эстафета закончена. Команда стоит
<i>1 место</i>	<i>Когда вы едины, вы непобедимы.</i>	
<i>2 место</i>	<i>Сноровка и умение – во всех делах спасенье.</i>	
«Прыжки» № 6		
«Кто проворен тот, тот доволен – погляди, прежде чем прыгнуть» <i>Упражнение на востан. дыхания</i>	Финальная фишка <i>Поставить на середину дистанции</i> Мяч диаметр 20 см	Команда на старте. По очереди, каждый участник зажимает мяч коленями и выполняет прыжки до фишки. За фишкой берет мяч в руки и возвращается в команду, передав мяч следующему участнику, а сам встает в конец команды. Капитан поднимает мяч вверх, когда эстафета закончена.
<i>Напутствия</i>	<i>Победа – не снег, сама на голову не упадет.</i>	
	<i>Для победы первое дело работать умело.</i>	
«Король ветров» № 7		
«Работай руками и головой – будешь передовой».	Стойка с вертушкой	Команда на линии старта. На расстоянии детской вытянутой руки стоит фишка с вертушкой (т.е. от линии старта край фишки стоит на расстоянии 50 см). Участник делает глубокий вдох и делает продолжительный выдох. Дует и стоит пока крутится вертушка. Вертушка остановилась - уходит и садится на стул. Следующий... и т.д. Если вертушка не крутится, то уходит, не повторяя вдох. У какой команды дольше

		вертится вертушка, та и побеждает.
Напутствия	<i>Кто хорошо бьётся тому и победа дается.</i>	
	<i>Не силой борются, а умением.</i>	
<p>Команды стоят у своих мест (шаг вперед) Игра для всех «Как живешь?» № 8 (после песни попросить улыбнуться)</p>		
«Моталочка» № 9		
<p>«Друг друга поддерживать – победу одерживать»</p> <p>Гимнастика для глаз «Художник» № 10</p>	<p>Металлический обруч диаметром – 70 см. По диаметру укреплены 10 лент (длина 1,5 м ширина 2,5 см, на конце каждой ленты палочка длина 20 см, толщина 1 см) Глаза каждого участника закрыты светонепроницаемыми очками для сна.</p>	<p>1. Всем детям раздать очки для сна (они надели их так, чтобы очки располагались на лбу). Воспитатель стоит в центре обруча и держит его. Дети, взяв палочку, отходят от обруча на расстояние натянутой ленты. Опускают очки на глаза и по сигналу «свисток» одновременно начинают накручивать ленту на палочку и медленно продвигаться к обручу с воспитателем. Накрутив всю ленту и почувствовав обруч, удерживают палочку, и ждут, когда прозвучит свисток, что означает, что все игроки закончили выполнять задание. Сдвигают очки на лоб. Победа присуждается команде, которая выполнила задание.</p> <p>2. (без воспитателя). Обруч лежит на полу. Дети, взяв палочку, отходят от обруча на расстояние натянутой ленты. Опускают очки на глаза и по сигналу «свисток» одновременно начинают накручивать ленту на палочку и медленно продвигаться к обручу. Накрутив всю ленту и почувствовав обруч одной рукой удерживают палочку, а другой сдвигают очки на вниз. (на шею). Победа присуждается команде, которая выполнила задание.</p>

«Кто быстрее!» № 11		
<p>1. Девочки ставят стулья над веревками 2. Мальчики после игры уносят на свои места</p>		
<p>«Целью всякой борьбы является победа».</p>	<p>Стульчики 5 пар и скакалки 5 шт.</p>	<p>В середине площадки, спинками друг к другу, на расстоянии (2 м между собой и 1 м между парой) стоят 5 пар стульчиков. Под каждой парой на полу протянута скакалка (ручки расположены под сидением). По сигналу пары начинают бег вокруг своих стульев (против часовой стрелки) и бегают пока звучит музыка (длительность 10 сек). Как только музыка остановится, необходимо сесть на ближайший (по ходу движения) стул и выдернуть скакалку (за ручку) из-под стула. Победитель определяется по количеству скакалок в команде правой и левой стороны. ИГРАЮТ ДВА РАЗА.</p>
<p><i>Утверждение Девочкам</i></p>	<p><i>Главное соревнование борьба с самим собой.</i></p>	
<p><i>Утверждение Мальчикам</i></p>	<p><i>Не тот молодец у кого бравый вид, а тот, кто победу творит.</i></p>	
«Рыбалка» № 12 (капитаны)		
<p>«Победит тот, кто не дрогнет!» «Без труда не вытянешь и рыбку из пруда»</p>	<p>Удочки 2 шт. Обруч «Озеро» 1 шт. Рыбки 20 шт. Ведро для рыбы 2 шт.</p>	<p>Капитаны занимают место около озера на расстоянии 70 см. Удочкой и магнитом он «ловит» рыбок. Победитель определяется по наибольшему количеству рыбок в ведерке. Время выполнения задания музыкальная разминка для участников и зрителей. Подсчет рыбок в ведрах и определение победителя.</p>

<p>«Если другие радуются, веселись и ты».</p>	<p><i>Команды выполняют движения встав на круги разминки.</i></p> <p>Музыкальная пауза со зрителями</p> <p>«Если нравится тебе...» № 13</p> <p><i>Уходят на свои места, садятся. Подсчет рыбок в ведрах (ведущие берут по рыбке и отпускают в озеро)</i></p>	
<p>Похвала</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. У Левки все ловко! 2. Он везде, как рыба в воде! 	
<p>«Футбол» № 14 (начинают мальчики д/с 11)</p>		
<p>«Кто ловко бьёт по мячу тому все по плечу!»</p>	<p>Ворота</p> <p>Мягкие мячики диаметр 7 см. (из носочков)</p> <p>2 корзины (по 15 шт. в каждой)</p>	<p>Дети сидят на стульчиках, справа и слева от ворот. Участник выходит на исходную позицию пробивать пенальти и два угловых (т.е. три раза). Необходимо выполнить удар по мячу и забить «гол». Расстояние до ворот 3 м. Участники выполняют пенальти по очереди из каждой команды. Победитель определяется по сумме забитых голов. Посчитать кол-во забитых голов.</p>
<p><i>Подбодрить каждого</i></p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Промах это не беда ждет победа и тебя 2. Видна силушка в жилушках. 3. Закаляй свое тело с пользой для дела. 4. Он не робкого десятка. 5. Здоровьем пышет, отвагой дышит. 6. Движение доставляет успех. 7. Спеши да не торопись. 8. Крепок телом – богат и делом. 9. Крепкий духом не унывает. 10.Этот Ивашка –не промашка. 	

«Биатлон» № 15 (девочки)		
<p>«Рука руку усиляет. Нога ногу подкрепляет».</p>	<p>на основе хоккейных ворот щит с пятью отверстиями каждое диаметром 20 см. с мешком для попадания. Бумажные листы А42-х цветовой гаммы, в контейнере. Лыжи «бутылки». (2 пары)</p>	<p>(на совокупную точность попаданий) Все девочки стоят поочередно 11-55-11-55... Девочки стоят на линии старта, в конце дистанции стрельбище биатлонного комплекса. В 2 м от мишеней ставим контейнер с бумагой – «патронами», листы чередуются по цвету. Первый игрок подходит скользящим шагом к контейнеру, берет один лист и смяв его в «патрон» удобной для метания рукой и выполняет бросок по мишени замахом сверху из-за головы, стараясь попасть в отверстие для сбора «патронов». (Кол бросков по три) Выполнив броски, возвращается в команду, Передает эстафету касанием за плечо и потом, сняв «лыжи» отдает следующему участнику. Выбрать из ячеек бумажные комочки и разделив по цвету посчитать. Определить победителя.</p>
<p><i>Напутствие каждой</i></p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Стрельба да борьба – уменье.</i> 2. <i>Трудное не есть невозможное.</i> 3. <i>Мало победу ждать, надо победу взять.</i> 4. <i>Выигрыш с проигрышем на одних санях ездят.</i> 5. <i>И закалка важна и смекалка нужна.</i> 6. <i>Кто проворен тот доволен.</i> 7. <i>Не проиграв не выиграешь.</i> 8. <i>Знай свое тело с пользой для дела.</i> 9. <i>Отдашь спорту время – взамен получишь здоровье.</i> 10. <i>тттттт</i> 	

Блиц викторина «Доскажи» (для участников)		
Победа в воздухе не вьется,	а	руками достаётся
Кто любит спорт,	тот	здоров и бодр
Движение -	это	жизнь
Тот достоин наград	кто	трудится рад
Утро встречают зарядкой,	вечер провожают	прогулкой
Бери ношу по себе,	чтоб	не крякать при ходьбе
Музыкальные вопросы «Чего зимою не бывает?» № 16 (для всех на местах)		
Большая заключительная эстафета «Настроение» № 17		
«Где прыжком, где боком, а где ползком и поскоком».	Тоннель стороне лежит «крутилка – фотоаппарат» 2 шт., растяжка 1 шт. на ней флажки 20 шт. + 20 прищепок карточки – смайлики в коробке (10+10)	Команда на линии старта перед тоннелем. В конце дистанции натянута веревка с флажками и прищепками. Каждый участник, перед тем как залезть в тоннель, берет с правой стороны «вертушку-фотоаппарат» крутит, имитируя «щелчок-вспышку» и проползает через тоннель не четвереньках. Выйдя из него и взяв правой стороны один смайлик-карточку «мое настроение» из коробки, подлезает под веревку и размещает её на веревке, закрепив к флажку прищепкой. Возвращается в команду (бег по прямой). Передать эстафету касанием за плечо следующему участнику. Сесть на стул.
«Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья!»	Музыкальная пауза «В этом зале все друзья!» № 18	

Награждение Грамота и вода «Спортник» 0,5л.	В соревнованиях первый тот, кто ежедневно вперед идет!
	Но надо кому -нибудь и последним быть. Крепкий духом не унывает.
	Каждый кузнец своего здоровья. Не проиграв, не выиграешь!
Рефлексия	У кого сегодня всё получилось, тот пусть улыбнуться! Что понравилось? А кто испытал затруднения при выполнении заданий – покажите язык. Какие?