Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад №122»

**Физкультурный досуг**

**«Россия – спортивная страна.**

**Богатырские забавы»**

**Подготовили:**

инструктор по физ.культуре

Какурина Л.Ф.

воспитатель

Жирнова М.С.

Саранск 2021г.

**Цель:** Развивать у детей интерес к занятиям спортом, к истории и культуре своей Родины.

**Задачи:**

Знакомить детей с историческим прошлым России, закреплять знания о былинных богатырях.

Совершенствовать координацию движений, формировать ловкость и меткость у детей.

Воспитывать гордость и уважение к защитникам Отечества.

**Оборудование:** Эспандеры по количеству детей, резиновые коврики по колличеству детей, модули, канат, фитбол по количеству детей.

**Ход занятия:**

Дети входят в зал под песню «Богатырская сила» А.Н. Пахмутовой и выстраиваются в две шеренги.

**Воспитатель:** В древние, древние времена охраняли родную землю от врагов первые русские защитники- славные богатыри! Много зазных подвигов на счету богатырском! Есть чему поучиться и позавидовать. Вот почему сегодня, через много веков и лет мы решили вспомнить с вами про дела ратные, про честь богатырсскую, по удаль молодецкую. Чтобы добрые люди послушали, чтобы наши молодцы призадумались и себя показали, а самое главное-чтобы веками не меркла слава русская.

**1 ребенок:** Покой всех городов и сел старинных

Стерег дозор богатырей былинных

Пускай те дни прошли, но слава вам,

Не давшим Русь врагу богатырям!

**2 ребенок:** И если богатырь стоит на страже,

То может быть из вас уверен каждый,

Что от врагов любых защищены!

Все рубежи родной страны!

**Песня «Солдатушки- бравы ребятушки»**

**Инструктор:** В стародавние времена, существовал на Руси обычай-посвящения в воины. Для этого проводили для мальчиков состязания, где они могли показать свою силу, удаль, отвагу да смекалку.

Готовы ли вы к богатырским состязаниям?

Делитесь ка на две дружины славные!

Покажите свою силушку богатырскую, да удаль молодецкую!

А вы, девицы красавицы за молодых богатырей вставайте, словом добрым помогайте, а коли надо выручайте. Но для начала нам нужно размяться.

Проведем разминку богатырскую, но сначала команды должны представиться.

**Команда «Богатыри»**

**Девиз** « С нами наша силушка, мы храбрая дружинушка»

**Команда «Добрые молодцы»**

**Девиз** «Встанем на стражу порядка и чести, будем верны мы Отечеству вместе»

**«Танец-разминка с эспандерами»**

**Инструктор:** Ну а теперь давайте проведем состязания.

**Первая забава- «Построй крепость»**

(Каждая команда из модулей делают постройку. Кто быстрее построит крепость, та команда и победит)

**Вторая забава – «Боевой конь»**

Сейчас наши молодцы и девицы покажут как умеют держаться в седле.

(Дети поочередно из каждой команды на коне(фитболе) обьезжают крепость).

**Инструктор:** Думаю, что нашим добрым молодцам нужно немного отдохнуть. А чтобы они не скучали, наши девицы споют частушки про здоровый образ жизни. Потому что только кто любит спорт и занимается им обязательно вырастет настоящим богатырем.

**Частушки:**

1. Мы спортивные ребята

Дружно весело живем

И спортивные частушки

Вам сегодня пропаем!

1. Все здоровый образ жизни

Мы с ребятами ведем

Хоть еще мы дошкалята

От взрослых мы не отстаем.

1. Если спортом заниматься

станешь строен и высок

И на турнике качаться

Ты не будешь как мешок.

1. Расцветают два цветочка

Цветом серебристым

Ох, не стать с таким росточком

Мне баскетболистом.

1. Про таблетки и лекарства

Позабудьте навсегда

Пусть у вас друзьями станут

Солнце, воздух и вода!

1. Жизнью я довольна очень

И пою я и пляшу

Потому что днем и ночью

Свежим воздухом дышу.

1. Мы дадим совет бабулькам,

Мамам, папам дорогим

Драгоценнейшим здоровьем

Дорожите вы своим.

**Инструктор:** **А сейчас новая забава- «Пословица не даром молвится»**

Я начну пословицу, а вы должны закончить правильно.

1. Русский боец- все образец»
2. Сам погибай- товарища выручай.
3. Не тот стрелок, кто стреляет, а тот , кто в цель попадает.
4. Где смелость-там победа.
5. Если армия сильна-непобедима и страна.
6. Кто с мечом к нам придет, тот от меча и погибнет.
7. Кто честно служит, с тем слава дружит.
8. Тяжело в ученье, легко в бою.
9. Смелость города берет.
10. Если дружина сильна, будет Родина крепка.
11. Один в поле не воин.
12. Родина-мать, умей за нее постоять.
13. Нет дороже и краше Родины нашей.

**Четвертая забава**

Вот преграды на пути!

Их не просто обойти!

Надо лихо проскакать, но преграды не сбивать.

(Перед каждой командой разложены модули, надо на коне проскакать перепрыгивая через них).

**Пятая забава-« Перетягивание каната»**

Хотим теперь посмотреть, какие вы дружные. Ведь не зря говорят: один в поле не воин.

**Инструктор:** Вам лет еще немного, но вы все молодцы!

Идете дружно в ногу, как в армии бойцы.

И на кого ни посмотри-все как один богатыри

Вот какие богатыри были и есть на Руси!