**Физкультурный досуг для детей старшего дошкольного возраста «Спортивное путешествие вокруг света».**

Цель: пропаганда физической культуры, формирование привычки к ЗОЖ.

Задачи: расширять представление детей о видах спорта, популярных в разных странах, развивать психофизические качества: силу, ловкость, быстроту, координацию, выносливость, воспитывать выдержку, дружелюбие, взаимовыручку.

Оборудование: конусы сигнальные, мячи баскетбольные, футбольные, ворота футбольные, набор кеглей, ракетки и воланы бадминтонные, шнуры, велобеги, флаги государств ( Франция, Англия, Германия, США, Бразилия) музыкальное сопровождение, мультимедийная система.

Ход мероприятия.

Под музыку И.Дунаевского «Весёлый ветер» дети подготовительной группы заходят в зал, где их встречает инструктор по ф/к( тренерСпортик). Дети выполняют различные виды ходьбы и выстраиваются для приветствия.

**Спортик:** Приветствую вас, юные путешественники. (Разделить команды и объявить капитанов)

Сегодня я приглашаю вас в кругосветное путешествие. Мы познакомимся с разными странами и континентами и видами спорта, популярными в этих странах, мы соберём по миру знания о ЗОЖ и весело проведём время.

А что же такое ЗОЖ?( ответы детей). А закрепим мы знания о ЗОЖ, отгадывая загадки.

1 Я шагаю по квартире,   
Приседаю: три-четыре.   
И уверен твёрдо я,   
С нею ждёт успех меня! **(зарядка).**

2. Можно радоваться птицам,   
Можно просто веселиться,   
Можно воздухом дышать   
Вместе весело… **(гулять).**

3. Он — холодный, он — приятный,   
С ним дружу давно, ребята,   
Он водой польёт меня,   
Вырасту здоровым я! **(душ).**

4.Чтоб здоровье сохранить,   
Организм свой укрепить,   
Знает вся моя семья —   
Очень важен **(режим дня).**

Ну, а теперь пришла пора отправиться в путешествие. Звучит волшебная музыка и появляется джин.

**Джин:** Нет, друзья мои, в путешествии вокруг света никак вам без меня не справиться. Я перенесу вас из страны в страну на своём ковре самолёте. Я много путешествую и знаю, где и какие виды спорта популярны.

Звучит музыка, дети выполняют движения, имитирующие движение ковра самолёта, двигаясь по залу перестраиваются в колонны для выполнения 1 эстафеты.

**Джин:** на горизонте Франция. На экране дети видят картинки с видами Франции. Велоспорт во Франции один из самых любимых и массовых видов спорта. Именно во Франции состоялись первые в мире соревнования по велосипедным гонкам. Я приглашаю вас принять участие в **« Тур де Франс».**

**«Гонки на велобегах»**

**Спортик:** пришла пора переместиться в Англию. Под проливом Ламанш проходит дорога, соединяющая два государства. Вы сейчас преодолеете этот путь, а я вас встречу на берегах Темзы.

Дети проползают в тоннель и занимают места в колоннах.

**Спортик:** с давних пор любимым развлечением в английских деревнях были состязания по стрельбе из лука, поднятии тяжестей и борьбе. Англия освоила конный спорт, греблю на байдарках, коньки, настольный теннис. Лорд Бофорт увлекался игрой в бадминтон. Он соорудил площадку для игры и прописал правила.

Вопрос детям о инвентаре и правилах игры . Дети рассказывают, когда и с кем они играют в бадминтон и о пользе этой игры для организма.

**Эстафета « Великолепный Уимблдон»** ( по аналогу Большого шлема в теннисе). Перенести на ракетке волан, чтобы он не упал и передать атрибуты следующему игроку.

**Джин:** продвигаемся по Европе. Индивидуальный вид спорта в Германии-кегельбан. В переводе с немецкого- кегельная дорожка) Цель игры- сбить кегли, установленные особым образом-ромбом. На экране картинки, играющих в кегли и видовые картинки Германии.

**Эстафета для капитанов- «Сбей кеглю.»**

Продолжаем передвигаться по Европе. В середине 19 века были очень популярны туристические спуски на санях по заснеженным склонам Альп. А так как деревянные сани оказались ненадёжными, были изготовлены железные сани. Их назвали скелетоны- за схожесть со скелетом человека. Рассказать о правилах безопасности во время спуска на санях с горы. Задать вопросы о пользе прогулок на свежем воздухе, попросить детей рассказать как проходят прогулки в их семьях.

**Эстафета « Ледяной жёлоб»** Дети проползают по скамейке на животе, пролезают в несколько обручей, огибают сигнальный конус , проходят по кочкам и передают эстафету**.**

**Спортик:** отправляемся на континент, который находится за Атлантическим океаном. Это Северная Америка. На её территории расположено крупное государство США. В США появился баскетбол. Сначала для игры использовали обычные плетёные корзины, а потом появились щит и кольцо. (Иллюстрации)

**Эстафета « Золотая корзина».** Ведение мяча с броском в кольцо.

**Джин:**А теперь мы с вами в Бразилии. Здесь футбол самый популярный вид спорта. Известные латиноамериканские футболисты Роналдиньо, Пеле, Марадона, Роналду- на экране показать фото этих спортсменов. Ребята, среди нас тоже есть те, кто занимается футболом. (*Ребёнок, занимающийся футболом, рассказывает как проходят его тренировки)*.

**Следующая эстафете называется «Премьер лига».** Каждый игрок команды выполняет удар мячом по воротам, подсчитывается количество попаданий.

**Джин:** вот и прошли вы последнее испытание и наш ковёр-самолет берёт курс на родину. Мы возвращаемся в детский сад с большим багажом знаний и умений. Вспомните, в каких странах мы побывали, какими видами спорта занимались, давайте назовём составляющие ЗОЖ. Помните, вам жить и творить в 21 веке, от вас зависит будущее нашей планеты. Здоровье самое ценное, что есть у человека, берегите его.

Джин с ребятами под музыку покидают зал.