**Спортивный досуг для детей дошкольного возраста (5-7 лет)
«Юные спасатели» по мотивам мультфильма «Щенячий патруль»**

**Оборудование:** колокольчик, разноцветные кубики, скамейки, 6 дуг,8 набивных мячей, деревянные пластины по количеству детей, магнитофон, аудиозаписи, нагрудные знаки «Щенячий патруль» по количеству детей.

**Ход мероприятия:**

Воспитатель: Ребята, вы знаете, кто такие «спасатели»? (Ответы детей) Правильно. Это самые смелые и сильные люди. Они всегда работают командой. А вы хотите стать спасателями? Спасатели должны быть очень крепкими и выносливыми, поэтому они постоянно занимаются спортом, проводят тренировки. Сегодня у нас в гостях необычные спасатели – это отважные герои из «Щенячьего патруля» Гонщик, Маршал и Скай.

(В зал вбегают спасатели из «Щенячьего патруля») Воспитатель: Сегодня вместе с вами они проведут очередную тренировку. Чтобы сильным стать и ловким, приступаем к тренировке.

**Разминка.**

*Ходьба:*

в колонне по одному; на носках, с разным положением рук; на пятках, спиной вперёд; в полуприседе; скрестным шагом.

*Ходьба на четвереньках:*

«Медвежата» (высокие четвереньки) – ноги и руки прямые.

«Пауки» - животом вверх.

*Бег:*

Бег в чередовании с ходьбой; с высоким подниманием колен; с изменением направления; на выносливость.

(Дети перестраиваются в две колонны и встают парами. Гонщик и Маршал проводят тренировку)

- *«Надо помериться силой»*

И.п. – стать лицом друг к другу, выставить вперёд правую (левую) ногу, руки встык, согнуты в локтях. Ладони и прямые пальцы рук соприкасаются.

Выполнение: 1-8 – попеременно выпрямлять и сгибать руки, 9-10 – и.п.

- *«У спасателей должны быть сильные ноги, потому что им приходиться много бегать, забираться по вертикальным лестницам очень быстро. Вот для этого много нужно тренировать ноги»*

И.п. – лёжа на спине, прямыми ногами друг к другу. Подошвы ног соприкасаются, руки вдоль туловища.

Выполнение: 1-4 – ноги приподнять и делать движение «велосипед», подошвы ног не расходятся; 5-6 – и.п.

- *«Силачи»*

И.п. – сидя на полу, ноги встык, руки в упоре сзади.

Выполнение: 1-3 – упираясь ногами, одновременно приподнять ягодицы, 4 – и.п.

- *«Когда спасатели выезжают на пожар, им приходится искать людей в горящем помещении»*

Ползание с закрытыми глазами на звук колокольчика ( колокольчик у взрослого). (20с)

- *«Спасатель должен правильно спрыгивать с высоты и уверенно приземляться на землю. Вот поэтому любимое занятие у спасателей «Щенячьего патруля» прыжки через скакалку»*

Выполнение: дети берут скакалки и выполняют прыжки через скакалку на месте.

(Звучит аудиозапись голоса главного спасателя Райдера из мультфильма «Щенячий патруль»)

- Все на базу. Произошёл обвал, один из вагонов сошёл с рельсов и повредил пути.

Щенки: Отважным щенкам всё по зубам.

Маршал: Ребята, а вы хотите нам помочь? Тогда сначала давайте разберём завал из камней.

Голос Райдера: Смело за дело, Маршал!

**Игра «Будь внимателен»**

На одной стороне площадки играющие, на противоположной – лежат кубики разного (красного, синего, жёлтого, зелёного) цвета на каждого играющего. На сигнал «Беги» играющие устремляются к кубикам. Примерно на середине пути следует сигнал, какого цвета кубик нужно взять, например красный. Дети берут кубик названного цвета и бегут с ним на исходную линию.

Условие: если взят не тот кубик, нужно вернуться и заменить его.

Маршал: Ребята, вы успешно справились с этим делом. А теперь необходимо восстановить железнодорожные пути, чтобы поезд мог двигаться дальше.

Голос Райдера: Гонщик готов?

Гонщик: Дело в надёжных лапах, Райдер!

**Игра «Полоса препятствий»** (играют 2 команды)

Каждая команда, преодолевая препятствия, восстанавливает свой участок железнодорожного пути. Порядок преодоления препятствий: держа в руках одну деревянную пластину, пройти по гимнастической скамейке, обежать набивные мячи (4 мяча, положенных на расстоянии 1 м один от другого), подлезть под несколькими дугами.

Гонщик: Ребята, вы – герои! Вы очень быстро и слаженно смогли восстановить пути. Вместе с вами мы помогли пассажирам этого поезда вовремя вернуться домой. Думаю, вас смело можно принимать в команду «Спасателей».

Маршал: Да, да, нам нужны такие помощники. Мы принимаем вас в нашу команду.

(Щенки прикрепляют ребятам нагрудные знаки «Щенячьего патруля»)

Воспитатель: Скай, мы знаем, что ты очень любишь играть в игру «Тяф-тяф, буги». Но мы хотели бы научить тебя своему танцу - зарядке.

(Дети исполняют флешмоб [4])

Раз, два, три, четыре

Теперь ноги врозь, пошире,

Раз, два – улыбаемся,

Ноги шире – наклоняемся.

Вдох, выдох – ускоряемся,

Сменим мы позицию – усложняемся.

Делайте, делайте, делайте зарядку,

Будете, будете, будете в порядке!

Глубже, глубже прогибаемся,

Больше, больше упражняемся.

Вдох, выдох – не отвлекаемся!

Регулярно этим делом занимаемся!

Делайте, делайте, делайте зарядку,

Будете, будете, будете в порядке!

Делайте сами, делайте с нами.

Делайте вместе под эту песню.

Дети шагают из стороны в сторону

Сгибают руки за спиной, держаться за локти
Выполняют движения в соответствии с текстом

Соединяют ноги, руки опускают

Выполняют приставной шаг из стороны в сторону

Поворачиваются вокруг себя с подскоками

Выполняют наклоны

При наклоне делаем выдох, при выпрямлении вдох.

Выполняют приставной шаг из стороны в сторону

Поворачиваются вокруг себя с подскоками

Прыгают на двух ногах, хлопая руками над головой

Ходят на месте

Делайте, делайте, делайте зарядку,

Будете, будете, будете в порядке!

Выполняют приставной шаг из стороны в сторону

Поворачиваются вокруг себя с подскоками

Скай: Мне это очень понравилось. Я обязательно научу своих друзей новому танцу - зарядке.

(Звучит аудиозапись голоса Райдера: «Щенки, все на базу!»)

Гонщик: Нам пора, долг зовёт. Когда нам понадобится ваша помощь, мы вас позовём. До свидания, юные спасатели!

**Список использованной литературы**

1. Вавилова Е.Н. «Учите бегать, прыгать, лазать, метать: Пособие для воспитателя дет.сада». – М.: Просвещение, 1983. – 144с.
2. «Физическое развитие детей 5 – 7 лет: планирование, занятия с элементами игры в волейбол, подвижные игры, физкультурные досуги» / авт.-сост. Т.Г. Анисимова, Е.Б. Савинова. – Волгоград: Учитель, 2009. – 144с.
3. «Физическое развитие детей 2 – 7 лет: сюжетно – ролевые занятия» / авт.-сост. Е.И. Подольская. – Волгоград: Учитель, 2013. – 246с.
4. http://mp3davalka.com/files/Танцевальный%20флешмоб%20детский/3/