**Новогоднее развлечение**

Физ.инструктор: Бурмакина Р.А.

2016г.

**Цель**: Развитие интереса к занятиям физкультурой и спортом.

**Задачи:**

1. Закреплять выполнение основных видов движений осознанно, быстро и ловко.
2. Добиваться понимания цели эстафет.
3. Развивать ловкость, быстроту, внимание.
4. Продолжить формировать ориентацию в пространстве.
5. Поддерживать эмоциональный настрой и дух соревнования.
6. Воспитывать чувство товарищества, стремление к победе, умение действовать в команде, выполнять правила в играх и эстафетах.
7. Разучить подвижную игру «Перебрось мяч!»

**Пособия:**

- обручи – 14 шт.

- средние мячи – 20 шт.

- футбольные мячи – 2 шт.

- теннисные ракетки – 2 шт.

- кубики – 2 шт.

- конусы – 2 шт.

- «ёлки» - 2 шт.

- кольца - зеленые и синие по 7 шт., 1 желтое, 1 красное

- «табло» - с зелеными и синими кружками по 8 шт.

- скамейки – 2 шт.

- мешочки – 14 шт.

- гимнастические палки – 2 шт.

**Разминка:**

- ходьба: правая нога на пятке, левая нога на носке – полкруга, поменять задание для ног – полкруга;

- бег – 1 круг;

- ходьба: ноги скрестно – полкруга;

- галоп правым боком – 1 круг, левым боком – 1 круг;

- ходьба: «пауки» - упор на руки сзади, ноги впереди;

- быстрый бег – 2 круга;

- дыхательные упражнения;

- ходьба: «обезьянки» - с упором на слегка согнутые ноги и ладони, голову поднять;

- бег: спиной вперед;

- ходьба: приставным шагом;

- бег: с перепрыгиванием через «канаву», «кочку»;

- ходьба: руки вперед – вверх – в стороны – сжимая пальцы в кулак на каждый шаг.

**Победа в эстафете** отмечается зелеными/синими кружками на «табло».

**Эстафеты.**

1. **«Классики».**

Дети стоят в две колонны. По 7 обручей разложены «классиками». 1-ые прыгают по «классикам» на 1-ой, 2-х ногах до конца и так же возвращаются. Передают эстафету.

1. **«Передача мяча над головой».**

Дети стоят в две колонны. У 1-ых в руках мяч. По сигналу 1-ые передают мяч назад 2-ым, 2-ые – 3-им и т.д. Последний, получив мяч, бежит и становится 1-ым, передает мяч назад.

1. **«Перенеси кубик на ракетке».**

Дети стоят в две колонны. У 1-ых в руке теннисная ракетка, на которой лежит кубик. Нужно пробежать или быстро пройти до ориентира и обратно. Передать эстафету.

1. **«Меткий стрелок».**

Дети стоят в две колонны. На расстоянии 2 м от колонн лежат обручи. У каждой команды мешочки. 1-ые бросают мешочек в обруч и встают в конец колонны.

1. **«Бег с двумя мячами».**

Дети стоят в две колонны. У 1-ых в руках 2 средних мяча, у ног футбольный мяч. Они ведут футбольный мяч ногами до ориентира и обратно. Передают эстафету.

1. **«Наряди ёлку».**

Дети стоят в две колонны. У команд кольца. Впереди на расстоянии стоят 2 стойки для прыжков. 1-ый бежит с кольцом к стойке, надевает кольцо на нижнюю «ветку», бегом возвращается, передает эстафету. Последние кольца: красное и желтое.

1. **Подвижная игра «Перебрось мяч!».**

Посередине площадку перегораживают 2 скамейки. Команды располагаются по обе стороны от скамеек. У команд по 10 мячей. По сигналу надо перебросить как можно больше мячей на противоположную сторону. У кого в конце на площадке меньше мячей, те и победили.

**Поведение итогов.** Вручение командам новогодних раскрасок.