**муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
центр развития ребенка - детский сад №19 «Гномик»**

**Занятие по физической культуре
«В поисках олимпийского огня».
(средняя – старшая группа)**

**Воспитатель I квалификационной категории
Воротынцева Н.А.**

(Дети выстроены в шеренгу)

Давным-давно в Древней Греции в городах Афины и Спарта жили необычные люди . Были они все высокие, стройные, а самое главное – здоровые, крепкие. Все они были спортсмены! Так вот: вставали эти жители на рассвете (руки вверх - потянулись), умывались холодной ключевой водой (наклон – имитация умывания), все время ходили по траве босиком (ходьба), делали зарядку (повороты туловища), работали дружно (топором).

Но между ними всегда был дух соперничества. И один раз в четыре года они между собой у подножия горы Олимп устраивали соревнования в силе, ловкости, меткости, выносливости. В 1-й день состязаний загорался олимпийский огонь. Участники давали клятву честно бороться, соревноваться. Позже под этим символом стали проводить все олимпийские игры.

И вот наступило время очередной Олимпиады. Но жители обнаружили пропажу олимпийского огня. Кто-то похитил факел с олимпийским огнём и разбросал язычки пламени. Значит, соревнований не будет!

Воспитатель: Нет-нет! Игры отменять нельзя. Язычки пламени должны быть собраны в один факел к началу соревнований.

Ребята, давайте поможем жителям городов. А помогут нам старейшины Афин и Спарты.

(Старейшины – родители по 2 человека; дети делятся на команды по 6 человек).

Не будем терять время, отправляемся в путь.

Повернулись друг за другом и повторяйте за мной.

Солнечным погожим днем

Факел мы искать идем.

(Дети идут по кругу друг за другом)

Мы пройдем все на носках,

А потом на пятках.

(Ходьба на носках и на пятках)

Чтобы факел нам найти

По кочкам нужно всем пройти.

(Ходьба по кочкам)

Ноги выше поднимаем

Через брёвна мы шагаем.

(Перешагивание через брёвна)

Спинки все свои согнем –

Под кустами проползем.

(Подлезание под дугами)

На полянку все пришли

Тут грибочки мы нашли.

(Перед детьми грибочки-гантели)

Комплекс упражнений с «гантелями»

Воспитатель: Посмотрите, на пути огромный камень. Как нам пройти дальше? С этой стороны глубокая пропасть. С этой стороны широкая река. Давайте все вместе сдвинем его с пути.

(Под камнем подсказка – план-схема).

Эта карта поможет нам найти язычки пламени.

Воспитатель: *(делит детей на пары)*

(Перед детьми в обручах лежат кубы, на расстоянии впереди – пустые обручи).

Вот и первая подсказка: нужно построить **башню**. С помощью четырёх лопаток первая пара должна перенести – куб в пустой обруч. Бегом вернуться к следующей паре, передать им лопатки. Вторая пара выполняет то же самое задание. После того, как пары перенесут все кубы, последняя пара строит высокую башню, чтобы не упала. Какая команда первая построит башню, та быстрее найдёт язычок пламени.

(В пустых обручах, где находились кубы, лежат язычки пламени)

Воспитатель: Все вы очень постарались и конечно же устали. Давайте успокоимся и подышим спокойно.

Дыхательная гимнастика «**Вырастим большими**».

Воспитатель: *(посмотрели на карту)*. Следующая подсказка: дети, впереди мы видим язычки пламени. Но у нас на пути 2-х головой дракон, которого мы должны накормить оливками, и он нас пропустит вперёд, а затем боком пролезть через паутину и пройти по подземной пещере.

Победит команда, которая первая выполнив все задания, достанет язычок пламени.

Полоса препятствий: метание мячей – «Попади в цель», пролезание через паутину, ходьба через туннель *(В конце туннеля висит язычок пламени)*.

Подвижная игра «Ловишка, бери ленту».

Воспитатель: *(смотрит в карту)*. Интересная подсказка перед нами: две какие – то яркие дорожки! Что бы это могло быть? Понятно! Это светящиеся фонарики! *(Для каждой команды на натянутых верёвках между стойками висят теннисные мячики с прикреплёнными к ним язычками пламени)*.

Воспитатель: Каждый из вас станет под любым фонариком, чтобы его достать – нужно по моей команде подпрыгнуть и если вы коснётесь пальцами рук фонарика можете забрать его на память.

Вот мы и собрали все язычки пламени в факел. Благодаря умениям и стараниям, отзывчивости и доброте участников двух команд Олимпийский огонь найден и Олимпийские игры начнутся вовремя!

А мы с вами будем дружить со спортом, делать зарядку, закаляться и вырастем сильными и здоровыми.