**МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА**

**СПОРТИВНО - МАССОВОГО МЕРОПРИЯТИЯ**

**Автор – составитель:** тренер – преподаватель МБОУ ДО Тогучинского района «Центр физической культуры и спорта» Стадухина Анастасия Юрьевна

**Наименование мероприятия:** физкультурно – оздоровительный праздник для воспитанников детских садов «СОЛНЫШКО»

**Цель:** привлечение детей дошкольного возраста к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

**Задачи:**

1. Оздоровительная – формирование жизненно – важных двигательных навыков;
2. Образовательная – создание условий, мотивирующих к занятиям физической культурой и спортом;
3. Воспитательная – пропаганда семейных ценностей, здорового образа жизни.

**Место проведения:** игровой зал МБОУ ДО Тогучинского района «Центр физической культуры и спорта».

Продолжительность мероприятия: 1 час 30 мин.

**Участники:**

В соревнованиях принимают участие команды детских садов Тогучинского района. Состав команды 10 человек (5 девочек и 5 мальчиков). Состав семейной команды 3 человека (папа, мама, ребенок). Все участники должны иметь спортивную форму, эмблемы, девиз, визитную карточку.

**Инвентарь: к**егли, мячи, обручи, кубики, стулья, конусы, прищепки, эстафетные палочки, нитки, карандаши, ватман.

**Подготовка:**

1. Согласование и утверждение Положения о проведении.
2. Приглашение к участию дошкольных учреждений.
3. Формирование банка заявок, проверка достоверности предоставленной информации.
4. Определение сметных расходов на наградную продукцию, приобретение кубков, медалей и грамот.
5. Определение состава судейской бригады, волонтерского корпуса. Подготовка протоколов мероприятия.

**Программа:**

1. Регистрация и размещение команд;
2. Работа комиссии по допуску, жеребьевка с представителями команд;
3. Торжественное открытие спортивно-оздоровительного праздника;
4. Разминка команд (выполняется инструктором по физической культуре со всеми участниками, одновременно);
5. Конкурсная программа. Представление команд – эмблема, девиз, визитка.
6. Спортивные эстафеты и конкурсы.

**Эстафета «Кто быстрей?» (участвует вся команда)**

Стартуют 2 команды одновременно (в соответствии с жеребьевкой). Каждому участнику, по очереди, необходимо преодолеть расстояние в 10 метров, достать из коробки, стоящей на полу мягкую игрушку, с ней вернуться обратно и касанием другого участника передать эстафету. Ранжир команд определяется по наименьшему времени нахождения на дистанции.

**Конкурс «Жадина» (от команды участвуют 1мальчик и 1девочка)**

Стартуют одновременно 2 участника от команды (в соответствии с жеребьевкой). Каждый участник идет «гусиным шагом», по пути собирает различные предметы, стараясь удержать их частями тела. Как только предмет выпадает и касается пола, участник останавливается. Время нахождения на дистанции не имеет значения. Выигрывает команда, участники которой в сумме собрали больше предметов.

**Конкурс: «Репка» (участвует вся команда)**

В начале зала ставится стул, на который садится «репка». По команде ведущего, первый участник команды ставит руки в бока и начинает многоскоками передвигаться к «репке», обегает вокруг «репки» и возвращается к команде. Берет следующего участника и вместе с ним, повторяет прохождение маршрута. Конкурс продолжается пока все участники команды не выполнят задание. Последний участник достигает линию старта вместе с «репкой». Фиксируется время. Ранжир команд выстраивается по наименьшему времени нахождения на дистанции.

**Мяч в кольцо (участвует вся команда)**

Команда построена в колонну, по одному перед «баскетбольной корзиной» (обруч) на расстоянии 2 – 3 метров. Участники по очереди выполняют броски мяча в корзину. У каждого участника одна попытка броска. Результат команды определяется количеством забитых мячей.

**Эстафета с выбыванием (участвует вся команда)**

Участники двух команд строятся в колонну. Впереди колонн, на расстоянии 20 метров расставлены в ряд городки, булавы, кубики, мячи и т. д. Предметов 19 – это на 1 меньше общего числа участников обеих команд. По сигналу судьи один участник от каждой команды, бежит к предметам и берет один из них, возвращается назад, передает эстафету. Выигрывает команда, игрок которой возьмет последний предмет.

**Конкурсы для спортивной семьи**

**Эстафета веселая стирка (участвует вся семья)**

Ребенок, пробегает дистанцию в 10 метров, по пути собирая «вещи» (мягкие игрушки) в корзину. Корзину передает маме, которая развешивает «вещи» на бельевую веревку, с помощью прищепок. Мама отдает пустую корзину папе, который собирает развешанные «вещи». Прищепки обязательно должны остаться на веревке. Побеждает семья, которая быстрее всех справится с «веселой стиркой».

**Карандашный тир (участвует вся семья)**

На листе предварительно подготовленного ватмана участникам демонстрируются цифры в квадратах (от 1 до 9, расположенные в хаотичном порядке), дается определенное время для запоминания. Ватман переворачивают, участники карандашом делают проколы, предполагая «поразить» наибольшие числа. Считается общая сумма «проколотых» цифр. Выигрывает семья у которой будет большая сумма цифр.

**«Прохождение болота» (участвует вся семья)**

Каждой команде выдается по 2 обруча. С их помощью надо преодолеть "болото». По сигналу судьи один из участников семьи бросает обруч на пол, все три игрока запрыгивают в него. Второй обруч они бросают на такое расстояние, чтобы можно было в него перепрыгнуть, и дотянуться рукой до первого обруча. Перебрасывая обручи и совершая прыжки, команда добирается до определенной отметки. Назад к линии старта участники возвращаются бегом, держа обручи в руках. Категорически запрещается ступать ногой за пределы обруча – можно "утонуть". Побеждает семья, которая быстрее по времени выполнит задание.

**Подведение итогов.**

Соревнования командные. Конкурсная и спортивная программы оцениваются отдельно. Участники конкурсной программы награждается по номинациям «Самая креативная разминка», «Спортивная зарядка», «Акробатический этюд». Команды – участницы и спортивные семьи выполняя спортивную программу занимают места по каждому отдельному виду. Итоги определяются по набранной наименьшей сумме.

**Награждение участников.**

Награждение участников спортивно-оздоровительного мероприятия:

1. Дипломы за активное участие – для всех участников, занявших общекомандные места начиная с 4;
2. Грамоты и медали – для участников, занявших 2 – 3 места»;
3. Кубок, грамоты и медали – для участников, занявших 1 место;
4. Сладкие призы для всех, от спонсоров мероприятия.

**Фотосессия.**