Спортивный праздник

**« Путешествие в водное царство»**

**Цель:**формировать у детей интерес к играм, здоровому образу жизни через игры - забавы; развивать ловкость, меткость, выносливость; воспитывать доброжелательность и дружелюбие.

**Задачи:**

1. Совершенствовать способность детей проявлять выносливость и силу во время выполнения упражнений, повышать активность и работоспособность детского организма.
2. Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми, создавать положительный эмоциональный настрой, воспитывать настойчивость в достижении положительного результата.
3. Закреплять интерес детей к занятиям физическими упражнениями, содействовать совершенствованию двигательных умений и навыков, закреплять навык задержки дыхания.

**Место проведения:**спортивный зал ДОУ

**Инвентарь:**мячики резиновые, жемчужинки, подставки для жемчужинок, бутылки с водой, ракушки прилипалки.

**Технические средства:**звуковоспроизводящая аппаратура, аудиокассеты, диски.

**Праздничные костюмы:** костюм Водяного.

**Наградные аксессуары:**ракушки.

**Участники:**дети среднего дошкольного возраста.

**Ход мероприятия**

**Ведущий:**Ребята, мы сегодня собрались для увлекательного путешествия в водное царство. Для этого мне нужны сильные, смелые и ловкие ребята. Есть среди вас такие ребята?

**Дети:** Есть, есть!

**Ведущий:** Ребята, для начала нам нужно с вами размяться

*Разминка на суше*

-Ходьба по массажным дорожкам, следам.

Стоя врассыпную выполняем упражнения.

1.И. п.: ноги на ширине плеч, руки на поясе:

- Наклоны головы вправо-влево, вперед-назад.

2. И.п.: ноги на ширине плеч, руки отвести за голову, захват правой рукой кисть левой руки.

- отводим правую руку как можно дальше за голову вниз, затем то же самое левой рукой.

3. *Упражнения «Поплавок».*

- выполнив глубокий вдох - сгруппироваться, обхватив ноги руками, прижать подбородок к коленям.

4.Лёжа на животе, вытянув руки «стрелочкой» - имитация - ноги кролем вверх - вниз.

4. Сидя на полу, вытянув прямые ноги.

( одновременная работа стоп – вверх – вниз)

5. Лягушачьи – прыжки.

6.Спокойная ходьба, восстановление дыхания, остановка у бортика.

**Ведущий:** Вы готовы к путешествию?

**Дети**: Да!

**Ведущий:**Ну, тогда вперед!!!

*Дети под музыку произнося заклинания и оказываются в бассейне. В воде проходят все испытания.*

**Ведущий:** Ну, вот мы и в водном царстве. Ой! Ребята, слышите, здесь кто – то охает!

*(Показывается Водяной).*

**Ведущий:**Вы кто?

**Водяной:**Я – Водяной! Много лет жил я в водном царстве и радовался! Но прошло время, я постарел, мне стало скучно в нём находиться! Решил я покинуть водное царство. А вот сегодня услышал вдруг детские голоса и обрадовался! Вы разрешите мне повеселиться с вами?

**Дети.** Да.

**Ведущий:** Мы - разрешаем, но и покажем, как мы владеем навыками плавания.

**Водяной:** Ребята, вы видите, какой у меня большой живот! Это потому, что я не умею, наверное, правильно вдыхать и выдыхать! Вы меня научите?

**Дети.** Да.

**Ведущий:** Мы, сейчас вместе с вами Водяному покажем, как долго мы можем продержаться под водой на задержке дыхания.

**«Кто дольше всех продержится под водой на задержке дыхания».**

Тот и будет победителем моего испытания. (Водяной считает…)

**Водяной:** Молодцы, справились, я теперь понял, как нужно правильно задерживать дыхание! А я теперь покажите мне, как вы умеете плавать!

**Ведущий:** Хорошо, мы сейчас проплывём. *(На коврике дети лежа показывают, как нужно плыть в воде)*

**Водяной:** Я убедился, какие вы спортивные, быстрые, ловкие. А теперь давайте проверим, какие вы умные. Загадки про морских обитателей отгадывать умеете?

**Дети:** Да!

**Водяной:** Тогда слушайте внимательно!

Вильнет хвостом туда – сюда

Вильнет и нет ее следа  *(Рыбка)*

В синеве морских пучин

Бродит он по дну один

Все в присосках, восемь ног….

Кто же это*? ( Осьминог)*

Под водой она плывет

Вечно задом наперед,

Постоянно убегает,

Всех чернилами пугает***(****Каракатица)*

**Водяной:**Молодцы!!! А теперь выполните ещё одно задание! Вы должны выловить морских обитателей с поверхности воды и приклеить их на волшебную прилипалку!

**Подвижная игра «Море волнуется».**

После слов «Море волнуется раз, море волнуется два, море волнуется три – морская фигура замри!» дети изображают морских обитателей, лежа на воде.

**Подвижная игра «Морской бой».**

Команда девочек строится напротив команды мальчиков на расстоянии двух метров. По команде Морячки дети начинают брызгать друг на друга. Побеждает команда, в которой большее количество игроков смогли не отворачиваться от брызг.

**Водяной.**Вы, конечно, молодцы, плавать научились. А сейчас у меня возникла идея. В море много хищников. Так, например, акула.

**Ведущий:**Да, да, верно и мы знаем такую игру и сейчас и поиграем.

**Игра «Акула»**

Один из детей стоящей в шеренгу по свистку бежит, старается, чтобы ребёнок другой команды его не достал во время бега.

**Подвижная игра «Кашалот».**

Водящий, удерживая одной рукой обруч, ловит игроков. Пойманный игрок залезает в обруч и бегает за водящим пока не будут пойманы все игроки.

**Водяной:**Я очень доволен, вы молодцы и заслужили награды!

*(Водяной собирает детей вокруг себя, просит ребят закрыть глаза и в это время произносит волшебные слова)*:

Раз, два, три, четыре, пять

Начинаю колдовать!

Поколдую я немножко

Постучу я поварёшкой,

Прошуршу я камышами

И похлопаю ушами!

**Водяной:**Вроде правильно наколдовал, а теперь ребятки посмотрите, что лежит в моей корзинке?

*(После заклинания дети открывают глаза и в корзинке вместо заданий находят сладости, выходят из воды).*

**Ведущий:** На этом ребята, наше путешествие в сказочном царстве подошло к концу. Мы с вами порадовали Водяного, наших гостей, он нас скоро будет, часто приглашать в своё водное царство и мы будем его радовать своими успехами в плавании. И Водяной, глядя на вас, стал понимать, что он не одинок в своём морском царстве. Вы, сегодня были смелыми, ловкими и быстрыми и дружными! Показали все свои способности в плавании.

**Водяной:** Ребята, спасибо вам! Я, пожалуй, не буду покидать своё водное царство, останусь и буду приходить к вам в гости! До свидания!!!

(*Дети строятся за Водяным и уходят).*