

муниципальное учреждение дополнительного образования
Специализированная детско-юношеская спортивная школа олимпийского резерва № 1

Утверждено на заседании
методического совета

МУ СДЮСШОР № 1

Протокол № 3 от 10.03.2016г.

Директор МУ СДЮСШОР № 1

А.И. Лисовой



**«Конспекты спортивных праздников для детей
младшего возраста».**

Методическая разработка.

Составитель:
тренер-преподаватель
Симонова Т.В.

Волгоград
2016

1. «Путешествие в город «Грации и пластики»

Задачи:

Образовательные:

1. совершенствовать творческую двигательную деятельность;
2. повторение комбинаций из акробатических упражнений;

Воспитательные:

1. воспитывать чувство грациозности и элегантности движений при выполнении упражнений с лентой;
2. воспитывать чувство красоты гибкости движений в упражнениях в акробатике.

Оздоровительная:

1. комплексное развитие силы основных мышечных групп и гибкости.
2. формировать правильную осанку.

Методы: Наглядные, словесные, практические.

Приемы: Игровая мотивация, сюрпризный момент, художественное словесно-музыкальное оформление.

Инвентарь: Ленты, эмблемы для гостей, аудио кассеты, музыкальный центр.

Музыкальное оформление: P. DE Senneville – Lamar, P. Meinerman – Acros Acoustic Alchemy, The InJimate Orchestra, Ventura – TiAmo, Ocarina – Ocarina.

Ход занятия:

Королева: Здравствуйте дорогие друзья! Я приветствую Вас. Сегодня уважаемые педагоги, я приглашаю вас отправиться в самое красивое замечательное королевство в Спортландию. В моем королевстве есть замечательный город «Грации и пластики». Живут в этом замечательно городе люди красивые, стройные, пластичные и очень любят заниматься гимнастикой.

Гимнасты здесь отличные,
Хотя и необычные.

И сейчас, уважаемые гости, перед вами выступит самый маленький житель моего города.

1. Кувырок вперед в упор присев.
 2. Перекат назад в стойку на лопатках.
 3. Мост из положения, лежа.
 4. Поворот лежа на 180 градусов.
 5. Упор лежа, прыжком встать, выпрямиться.
- (выступление мальчика).

Королева: А сейчас выступают юные гимнастки

Очень скоро вся страна
Будет знать их имена.

1. Равновесие на правой (левой) ноге, руки в стороны.
2. Кувырок вперед в упор присев.
3. Стойка на лопатках.
4. Выпрямиться, руки вверх мост из положения, стоя.

5. Выпрямиться, руки вверх - махом одной и толчком другой переворот сторону (вправо или влево) в стойку ноги врозь.

6. Кувырок вперед прыжком – прыжок вверх на 180 градусов.

(Выступление 2 девочек)

Королева: Я с удовольствием представляю вам звездочку нашего города.

1. Равновесие на правой (левой) ноге, руки в стороны.

2. Кувырок вперед в упор присев.

3. Стойка на лопатках, перекаат назад в полушпагат.

4. Встать, руки вверх мост из положения, стоя.

5. Выпрямиться, руки вверх - махом одной и толчком другой переворот сторону (вправо или влево) в стойку ноги врозь.

6. Кувырок вперед прыжком – прыжок вверх на 360 градусов.

(Выступление девочки)

Королева: Пусть праздник звезды зажигают,

Сегодня все его узнают,

Какие звездные детишки

У нас сегодня выступают.

1. Равновесие на правой (левой) ноге, руки в стороны.

2. Стойка на голове (держать).

3. Опуститься у пор присев – два кувырка вперед в упор присев.

4. Перекаат назад в стойку на лопатках без рук (держать).

5. Согнув ноги, встать, выпрямиться руки вверх – махом одной ноги и толчком другой стойка на руках (держать), в кувырок вперед в упор присев.

6. Встать, выпрямиться, руки вверх - махом одной и толчком другой два переворота в сторону (вправо и влево) в стойку ноги врозь.

7. Приставляя левую (правую) поворот направо (налево) – кувырок вперед прыжок вверх с поворотом на 360 градусов.

(Выступление мальчика)

Королева: Стать, гимнастом все мы знаем,

Задача сложная для всех!

Он выступленье начинает

И твердо верит в свой успех!

1. Равновесие на правой (левой) ноге, руки в стороны.

2. Наклон, вперед прогнувшись – силой согнувшись, стойка на голове (держать).

3. Опуститься в упор присев – кувырок вперед, кувырок вперед ноги скрестно

4. Поворот кругом – кувырок назад, кувырок назад в стойку на руках.

5. Выпрямиться, руки вверх - махом одной ноги и толчком другой стойка на руках (держать), в кувырок вперед в упор присев.

6. Кувырок, назад согнувшись в упор, стоя ноги врозь – выпрямиться в стойку ноги врозь, руки в стороны.

7. Наклон, вперед прогнувшись (обозначить) – кувырок вперед в стойку на лопатках без помощи рук (держать).

8. Согнув ноги, встать, выпрямиться.

9. С двух – трех шагов разбега кувырок вперед прыжком – прыжок вверх ноги врозь.

(Выступление мальчика)

Кристина: Не надо бояться, будут смеяться

Спорт не бросай никогда!

Лишь тот, кто не плачет,

Добьется удачи-

Ни что не дается легко без труда!

1. Равновесие фронтальное.

2. Выпад правой (левой) вперед и кувырок вперед в упор присев ноги скрестн
– поворот кругом.

3. Стойка на груди.

4. Мост из положения, стоя.

5. Выпрямиться, руки вверх - махом одной ноги и толком другой стойка н
руках (держать), в кувырок вперед в упор присев.

6. Кувырок, назад согнувшись в упор, стоя ноги врозь – выпрямиться в стойк
ноги врозь, руки в стороны.

7. Наклон, вперед прогнувшись (обозначить) – кувырок вперед в стойку н
лопатках без помощи рук (держать).

8. Согнув ноги, встать, выпрямиться.

9. Переворот назад, переворот назад в шпагат.

(Выступление девочки)

Выходят все жители города и показывают пирамиду.

Королева: От юных спортсменов

Пластичных, красивых

За все: за успехи, здоровье и силу,

Гимнастике нашей большое спасибо!

Королева: На память о нашем сегодняшнем путешествии мы вам дарим
эмблемы города «Грации и пластики».

2. Замок «Физкультуры и спорта»

Программное содержание:

- Совершенствовать творческую двигательную деятельность;
- Развивать чувство равновесия, чувство полета, способность легко владет
своим телом;
- Воспитывать чувство красоты движений.

Методы и приемы: Сюрпризный момент, художественное слово, музыкально
сопровождение, игровая мотивация.

Ход занятия:

Ведущий: Далеко, далеко, за горами, за лесами на высокой горе стои
красивый « Замок. И живут в этом замке люди талантливые, замечательны
красивые и очень любят заниматься гимнастикой.

Ведущий: Дорога до замка не простая. Нужно будет много преодолет
препятствия на своём пути. Посмотрите вокруг какая «чаща» вслед за мно
идите (дети продвигаться на четвереньках). А вот и новая преграда довольн

широкая река, глубины которой мы не знаем. Я вижу лодки, садимся и переправляемся на другую сторону (исходное положение, сидя передвигаясь вперед на ягодицах, руки имитируют гребки веслом). Ну, вот река позади. И можно идти дальше (ходьба в колонне по одному).

Ведущий: Ребята нужно поторопиться. Прибавим шаг (бег в колонне по одному). Бежим правильно, ровно, легко. Дышим носиком. Молодцы ребята! Вот мы и добрались до «Замка».

Выходит королева с девочкой.

Королева: Я рада приветствовать вас в своем замке.

Гимнасты здесь отличные

Хотя и необычные!

Королева: Сейчас перед вами выступит юная гимнастка.

Выступление юной гимнастки.

1. Равновесие на правой (левой) ноге, руки в стороны.
2. Кувырок вперед в упор присев.
3. Стойка на лопатках.
4. Выпрямиться, руки вверх мост из положения, стоя.
5. Выпрямиться, руки вверх - махом одной и толчком другой переворот сторону (вправо или влево) в стойку ноги врозь.
6. Переворот вперед, назад.
7. Кувырок вперед прыжком – прыжок вверх на 180 градусов.

Королева: Понравилось вам выступление юной гимнастки?

Дети: Очень понравилось.

Королева: Теперь я вам предлагаю попробовать выполнить акробатические упражнения.

Дети выполняют акробатические упражнения.

1. «Ласточка». Равновесие на одной ноге, руки в стороны.
2. «Берёзка». Стойка на лопатках.
3. «Мост».
4. «Лягушка»

Подвижная игра «Море волнуется»

Ведущий: Ребята пора нам возвращаться домой. Встаем, друг за другом идем легкой походкой.