

«Мы – одна команда!»

Спортивный досуг с детьми старшего дошкольного возраста

Цель: Знакомство с Паралимпийскими играми, спортсменами паралимпийцами и формирование уважительного отношения к людям с ограниченными возможностями здоровья с использованием здоровьесберегающих технологий.

Задачи:

Образовательные:

- Уточнение и закрепление знаний детей об Олимпийских играх.
- Знакомство с Паралимпийскими играми и символами (флаг, эмблема).
- Знакомство с чемпионами паралимпийцами.
- Обогащение и уточнение словаря.

Воспитательные:

- Воспитывать уважительное, доброжелательное отношение к людям с ограниченными возможностями.
- Вызвать чувство гордости за паралимпийцев.
- Формирование навыка работы в коллективе, в парах и подгруппах.
- Воспитывать в детях настойчивость, упорство, чувство товарищества, умение побеждать и проигрывать.

Здоровьесберегающие:

- Развивать у детей физические качества: скорость, координационные способности, выносливость.
- Создание благоприятных условий для физического и психического развития детей.

Ход спортивного досуга

Дети под песню Э. Хиля «Пять колец» заходят в зал.

Инструктор: - Ребята, а как вы думаете о каких кольцах поётся в песне? (*Олимпийских*)

(слайд2)

- А что такое Олимпийские игры? (Это самые главные спортивные соревнования.

Которые бывают один раз в четыре года. Олимпийские игры бывают зимние и летние)

- В какой стране состоялись зимние Олимпийские игры в 2014 году? (В России. в городе Сочи) **(слайд 3)** А в 2018 году проходили в южной Корее в городе Пхёнчхане. **(слайд 4).**

- Чтобы участвовать в Олимпийских играх спортсмены очень долго готовятся, участвуют в соревнованиях. И сегодня мы с вами тоже проведём соревнования. Согласны?

(Слайд № 5)

Дети делятся на две команды и строятся перед линией старта. Проводятся игры-эстафеты.

1. Игра- эстафета «На одной ноге»

Цель: развитие ловкости, быстроты, координации движений, умения действовать в команде, упражнять в выполнении прыжков на одной ноге.

Ход игры: По сигналу ведущего первый участник команды с кольцом в руках начинает прыгать на одной ноге к финишной отметке. Достигнув её набрасывает кольцо на кольцо сбор, возвращается обратно и передаёт эстафету следующему игроку.

2. Игра-эстафета «Зажги факел»

Цель: развитие координации движений, умения действовать в команде, слушать указания капитана.

Ход игры: Детям повязывают на глаза повязки разной плотности (шерстяной и хлопчатобумажной платки, вуаль) капитан остаётся без повязки. Остальные болельщики. Воспитатель предлагает дорисовать огонь- зажечь факел. Дети выполняют задание.

После игр - эстафет дети садятся на стульчики и подводятся итоги игр-эстафет.

Инструктор. - Ребята, а скажите какая игра, была для вас трудной? Почему? (*Трудно было на одной ноге, так как боялись упасть. С закрытыми глазами, не видели где надо рисовать огонь.*)

- Каким надо быть спортсменом, чтобы участвовать в Олимпийских играх?

(*Сильным, здоровым, выносливым, ...*)

- А кто такие люди с ограниченными возможностями? (*Это люди, которые плохо видят, слышат, у них нет руки или ноги, они ездят на колясках...*)

- А в Олимпийских играх могут участвовать люди с ограниченными возможностями?

- Люди с ограниченными возможностями тоже участвуют в Олимпийских играх, только эта Олимпиада называется – Паралимпиада. В составе слова есть греческое «пара», которое переводится как «рядом», «параллельно».

- Паралимпийские игры возникли после Великой Отечественной Войны Паралимпийские игры проводятся сразу после Олимпийских игр в том же городе, что и Олимпийские игры.

- Все мы знаем эмблему Олимпийских игр, у Паралимпийских игр тоже есть своя эмблема (**слайд 6**). Она состоит из трёх деталей различных цветов. Их называют агитосы. Это слово было заимствовано из латинского языка "agito" и переводится на русский, как "устремлять", "направлять", "двигать". Они выполнены в виде трёх полусфер, которые окружают центр, причём каждый из элементов имеет свой оттенок - зелёный, синий, красный. Как вы думаете, почему именно эти цвета используются в эмблеме? Красная полусфера символизирует Дух, синяя - Тело и зелёная - Ум.

- А ещё такой выбор цветов обусловлен, тем, что такие цветовые комбинации наиболее часто встречаются на государственных эмблемах и флагах многих государств (**слайд 7**).

- Паралимпийский флаг белого цвета и на нём изображена паралимпийская эмблема (**слайд 8**).

- За десять дней до начала открытия Паралимпийских игр проходит эстафета паралимпийского огня. (**слайд 9**). А хотите стать участниками паралимпиады и побыть в роли факелоносцев? (**слайд 10**).

3. Игра-эстафета с факелами.

Цель игры: развитие ловкости, быстроты, координации движений, умения действовать в команде.

Ход игры: У впереди стоящих в руках «факелы». По сигналу дети с «факелами» бегут до ориентира, огибают его и, возвращаясь, передают «факел» следующему игроку. Выигрывает команда, закончившая эстафету раньше.

4. Игра - «Проводник».

Цель игры: создания ситуации, когда один из участников сможет почувствовать себя на месте человека с ограниченными возможностями.

Ход игры: Дети делятся на пары. Одному завязываются глаза, второй становится поводырём. Он должен провести партнёра по всему залу, обходя при этом препятствия. Затем участники меняются местами.

Подводятся итоги игр.

Инструктор. - Как вы чувствовали себя с закрытыми глазами? Было ли вам страшно? Неуютно? Хотелось ли открыть глаза?

- А как вы думаете какими чертами должен обладать «поводырь»?
(*Ответственный, добрый, сильный, смелый*)

Инструктор. - Мы с вами давайте опять поговорим о спортсменах- паралимпийцах.
Паралимпийцы очень удивительные люди, они сильны как физически так и духовно. Давайте познакомимся с некоторыми.

(слайд11)

Алексей Ашапатов - высокий, сильный, настоящий русский богатырь. Всю жизнь занимался волейболом. После автокатастрофы потерял ногу, но не перестал заниматься спортом. Установил рекорды в метании диска и толкании ядра.

(слайд 12)

Алексей Кузнецов - в пять лет выпал из окна, повредил позвоночник лишился способности ходить. Но это не сломило его дух. Стал чемпионом в метании диска.

(слайд 13)

Виктория Потапова - не видит с десяти лет. Чемпионка по дзюдо.

(слайд 14)

Олеся Владыкина-родилась в Москве. В детстве занималась плаванием. На отдыхе в Тайланде попала в аварию, потеряла руку. Но всё равно возобновила занятия плаванием. Стала чемпионкой по плаванию.

(слайд 15)

Фёдор Триколич - имеет небольшой процент зрения. В детстве любил играть в футбол, но, чтобы участвовать в паралимпийских играх стал заниматься бегом.

Инструктор. - Паралимпийцы – это люди с огромной силой воли и духа. Как вы думаете, что заставляет нас восхищаться этими людьми? (*Они сильные, смелые, отважные, трудолюбивые, не стали унывать*) **(Слайды 16-22)**

- Молодцы, заниматься спортом – это большой труд. Из-за того, что они не отчаялись, а пришли к успеху ими восхищаются. Ведь надо иметь большую силу воли и терпение, чтобы преодолеть боль и жизненные препятствия.

- Давайте и мы с вами будем беречь наше здоровье и учить этому взрослых. А начнём мы с гимнастики для глаз.

Гимнастика для глаз «Футбол» (слайд 23)

Инструктор. - Ребята, сегодня мы поговорили только о людях спортсменах, а можем мы увидеть таких людей на улице?

- Молодцы, такие люди живут среди нас, давайте посмотрим, что для них сделано в нашей стране, чтобы они могли спокойно передвигаться по городу.

(слайд 24)

Места индивидуальной гигиены.

(слайд 25)

Пандусы.

(слайд26)

Светофоры.

(слайд27)

Стоянки для автомобилей.

(слайд28)

Автобусы.

(слайд 29).

Инструктор. - Ребята, а как мы должны относиться к людям с ограниченными возможностями?
(Помочь перейти улицу; не показывать пальцем, если увидим человека в коляске или без ноги; должны быть доброжелательными)

(слайд 30).

Инструктор. - Молодцы, но наш вечер досуга подошёл к концу, давайте с вами ляжем на ковёр и послушаем музыку великого композитора Л. Бетховена, который ничего не слышал, но писал очень красивую музыку и стал знаменитым как паралимпийцы.

Дети ложатся на ковёр и слушают «Лунную сонату».