

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 9
(МБОУ СШ№9)**

**Спортивное развлечение
«Весёлая скакалка»
для детей старшего дошкольного возраста**

Подготовил:

Чечуй Светлана Александровна

г. Сургут

Цель: продолжать знакомить детей со спортивным инвентарём – скакалкой, развивать интерес к физкультуре посредством совместных игровых упражнений со скакалкой.

Задачи: Познакомить детей с общеразвивающими упражнениями, выполняемые с короткой скакалкой.

Обучать прыжкам через короткую и длинную скакалку, развивать ловкость, закреплять навыки легкого приземления.

Воспитывать желание использовать скакалку для укрепления здоровья.

Материал: скакалки; скакалка (веревка с привязанным к одному концу небольшим грузом), конусы.

Ход занятия:

Ведущая. Ребята, вы любите играть?

Дети. Да!

Ведущая. Тогда отгадайте мою загадку. Из неё вы узнаете, с каким предметом мы сейчас будем играть.

Когда апрель берёт своё

И ручейки бегут звеня,

Я прыгаю через неё,

А она – через меня.

Дети. Скакалка!

Ведущая. Верно.

А теперь – внимание –

Начинаем игры-соревнования!

Далее проводятся игры со скакалкой.

«ЭСТАФЕТА СО СКАКАЛКОЙ»

Оборудование: скакалки, стойки.

Ход игры: команды построены в 2 колонны по одному, в руках у направляющих короткие скакалки. По сигналу первые начинают передвижение, прыгая через скакалку и, обогнув стойку ориентир,

находящуюся на расстоянии 8-10 м, возвращаются назад, передавая скакалку следующим, и т. д..

«СО СКАКАЛКОЙ ПАРАМИ»

Оборудование: скакалки, конусы.

Ход игры: игроки двух команд распределяются по парам и встают в колонны перед линией старта. В 10–12 м перед командами кладут конусы, обозначая поворот. Игроки в парах плотно встают рядом друг с другом. В руках – скакалка. По сигналу оба игрока устремляются вперед, перепрыгивая через скакалку.

Добежав до поворотного пункта (конуса), они возвращаются обратно. После пересечения стартовой линии первой парой упражнение выполняет новая пара. Игра заканчивается после финиша последней пары.

«ВДВОЁМ ОДНУ СКАКАЛКУ»

Двое с разных команд садятся на стулья спиной друг к другу, на расстоянии длины скакалки, которая протянута под стульями. По сигналу надо вскочить, обежать оба стула, затем сесть на свой стул, наклониться и вытянуть скакалку. Кто схватит скакалку быстрее, тот и выиграет. Бежать следует каждому в правую сторону. Во время бега до стульев дотрагиваться нельзя.

«УДОЧКА»

Удочка – это скакалка. Один её конец в руке «рыбака» – водящего. Все играющие встают вокруг «рыбака» не дальше, чем на длину скакалки. «Рыбак» начинает раскручивать «удочку», пытаясь задеть ею по ногам играющих. «Рыбки» должны уберечься от «удочки», перепрыгнув через неё. Чтобы «рыбки» не мешали друг другу, между ними должно быть расстояние примерно в полметра. «Рыбки» не должны сходить со своих мест. Если «рыбаку» удалось поймать «рыбку», т. е. дотронуться «удочкой», то место «рыбака» занимает пойманная «рыбка». Необходимо соблюдать два условия: скакалку можно крутить в любую сторону, но нельзя поднимать её от земли.

«КТО САМЫЙ ЛОВКИЙ?»

Для игры необходима длинная скакалка (или две скакалки, связанные между собой). Двое играющих крутят скакалку, остальные по очереди прыгают через неё. Побеждает игрок, выполнивший большее количество прыжков, не задев скакалки.

Ведущая.

Вижу: вы скакать готовы,

Хоть до самого утра.

Но, увы, пора в дорогу,

Ждёт обед вас, детвора!

Только не забывайте, что скакалочка – ваш хороший друг и помощник: силу и здоровье укрепит, друзей отыскать поможет, да и скуку разогнать сумеет.