**ТЕМА: «Спорт – залог здоровья»**

**(Беседы с детьми о спорте, спортсменах)**

**Тема: «Спорт и спортсмены»**

Цель: закрепление знаний детей о различных видах спорта, спортсменах; развитие физические качества, расширение кругозора детей.

Задачи:

- воспитывать интерес к различным видам спорта и спортивным играм,

- формировать осознанное позитивное отношение к занятиям физической культурой и спортом, потребность в целенаправленной развивающей двигательной активности,

- развивать двигательную активность, самоконтроль, координацию движений и моторные навыки.

Оборудование:

Наглядно-дидактическое пособие Э. Емельянова «Расскажите детям об олимпийских чемпионах»

Наглядно-дидактическое пособие Э. Емельянова «Расскажите детям об Олимпийских играх»

Мячи по количеству детей.

Ход беседы:

В: Как называются люди, которые свою жизнь посвятили спорту? Правильно

Д. (ответы детей)

И:.Да, люди, которые посвятили свою жизнь спорту, называются спортсменами. Сегодня мы поговорим о спорте и спортсменах. Давайте с ними познакомимся (фотографии, карточки спортсменов и различных видов спорта – объяснения, комментарии о виде спорта, спортсмене, инвентаре).

Вы знаете, что существуют разные виды спорта – зимние и летние. Олимпийские игры также бывают и летними, и зимними. Что такое Олимпийские игры? Что вы знаете об олимпийских играх?

Ответы детей.

В этом году проходили Зимние Олимпийские игры. Дети, в какой стране, городе проходили Олимпийские игры?

Ответы детей.

И: Все мы болели за Российских чемпионов и, судя по количеству наград, можно смело сказать, что наши спортсмены много тренировались и стали Олимпийскими чемпионами (показ фотографий спортсменов, название видов спорта в которых спортсмены победили на Олимпиаде).

И: Чтобы стать настоящим спортсменом, требуется много сил, энергии, здоровья, труда и желания. Настоящий спортсмен, в ходе тренировок приобретает много качеств : выносливость, силу, ловкость, меткость, быстроту, грациозность, стройную фигуру, правильную осанку.

Однако не все знают, чтобы добиться этих качеств, спортсмены много и постоянно тренируются. Дети, а что такое тренировка? Каких качеств, спортсмены добиваются тренировками?

Ответы детей.

И: Правильно, изо дня в день, с утра до вечера, жизнь спортсмена проходит в тренировках. Спортсмены бегают, прыгают, работают с разным спортивным инвентарем: мячами, скакалками, коньками, лыжами и т.д., но не все могут стать спортсменами. Одним - не хватает упорства, желания, другим - не позволяет здоровье. Но это совсем не означает, что вы не должны дружить со спортом. Пусть вы не станете знаменитыми спортсменами, такими как Власов или Роднина, Исинбаева или Третьяк, но вы же хотите быть быстрыми ловкими, выносливыми?

Ответы детей.

И:Какой вид спорта, нравится тебе Василина и какой спортивный инвентарь используется в этом виде спорта?

Даша, мне нравится художественная гимнастика, можно под музыку попрыгать на скакалке, покрутить обруч.

И:Правильно, в художественной гимнастике используют в упражнениях и другой спортивный инвентарь: мячи, ленты, булава.

И:Задаю вопросы другим детям, каким спортом они хотели бы заниматься. По ходу ответов показываю фотографии спортсменов, того вида спорта, который нравится ребенку. Дети называют фамилии чемпионов, вид спорта, инвентарь, где состязался тот или иной спортсмен (и не только участников Олимпийских игр 2014г., но и других знаменитых чемпионов нашей Родины).

Предлагаю дома организовать мини уголок, для спортивного инвентаря: мяч, скакалка, гантели, обруч, перекладина или гимнастическая лестница (любая). С этим спортивным инвентарем можно выполнить много интересных упр., игр. А те дети, которые хотят всерьез заняться спортом, могут записаться в спортивные кружки или секции, когда пойдут в школу.

И: Из нашей беседы вы поняли, что спорт – это, прежде всего, физические упражнения, только более сложные и подчиненный строгим правилам. Физические упражнения являются основой физкультуры, но о физкультуре мы поговорим с вами в следующей беседе.

И: Все встали, направо, взяли мяч, в колонне по одному шагом марш.

Разминка: «Спортивный мяч».

И:1.В мяч большой мы играем в баскетбол.

Отбиваем мы его, мячик прыгает легко (идут друг за другом, отбивая о пол мяч, правой (левой) рукой).

Друг за другом мы пойдем, мячом в кольцо все попадем     (дети бросают мяч в баскетбольное кольцо).

Мячик, мячик, мячик мой. Любим мы  играть в футбол.

Мяч ногами я веду, гол в ворота я забью (внутренней стороной стопы ведут мяч перед собой).

И: Через центр зала по два.

Через сетку две команды перебрасывают мяч.

Он летает очень быстро в волейболе от подач (дети одновременно бросают друг другу свой мяч и ловят).

Мяч подбросим, и поймаем, руки, ноги укрепляем,

Ловкость, силу развиваем, себя к спорту приобщаем (подбрасывают мяч вверх и ловят его).

Словно наш спортивный мяч, прыгайте, ребята, вскачь.

Будем прыгать мы легко, будем прыгать высоко,

Прыг-скок, прыг-скок ведь спортивный мы народ.

И:Упр. на восстановление дыхания: «Веселый мяч».