

Составила: Кучеркова Наталья Александровна,
Инструктор по физической культуре

**Спортивное развлечение, в честь Всероссийского праздника
«День государственного флага РФ»**

Звучит песня «Российский флаг»
(дети проходят и присаживаются на скамейки)

Инструктор ФК: Ребята, 22 августа наша страна отмечает особенный день — День Государственного флага России! Посмотрите, какой красивый флаг: три цвета — белый, синий и красный. А знаете, что они означают? Сейчас мы не просто поговорим, а проживём эти цвета через движение. Готовы?

(Дети встают в круг.)

Разминка «Три цвета в движении»:

Белый цвет — мир и чистота.

Ходьба на носках, руки плавно вверх, как будто тянемся к пушистым облакам.
Дышим спокойно: вдох — руки вверх, выдох — опускаем.

Синий цвет — небо, верность, дружба.

Лёгкий бег по кругу, руки в стороны — «летим как птицы»

Красный цвет — сила, смелость, тепло.

Энергичная ходьба с высоким подниманием коленей, лёгкие прыжки на месте, «согреваемся солнышком».

Инструктор ФК: Молодцы! Мы уже почувствовали каждый цвет. А теперь давайте отправимся в путешествие по «трём дорожкам», где каждый цвет расскажет свою историю.

Станция 1. «Белый — путь мира» (стоит стойка с флажком белого цвета)

Инструктор ФК: Белый цвет — это как чистое снежное поле, как пушистое облако. Это цвет мира. Мир — это когда рядом спокойно, когда люди умеют дружить и беречь друг друга.

Сейчас мы с вами пойдем по кругу спокойно и дружно.

Остановимся.

Покажем открытые руки-пусть рядом с нами будет мир!

Поднимем руки вверх и скажем: «Я выбираю мир!»

(Круг объединяет детей. Спокойный шаг и остановка помогают почувствовать собранность, доброжелательность и общее единство)

(Проходят по маршруту 1–2 раза, при необходимости инструктор помогает.)

Станция 2. «Синий — путь дружбы, верности и чести» (стоит стойка с флажком синего цвета)

Инструктор ФК: Синий цвет — это цвет неба, рек, моря. Ещё этот цвет

помогает нам говорить о верности, чести и верном товариществе. Быть верным — значит не оставлять друга, уметь идти рядом и поддерживать. Когда мы идём рядом мы показываем: «Мы вместе, я тебя не оставлю». Что помогает быть хорошими друзьями? (Ответы детей: слушать, делиться, не обижать.) Верно! Дружба — это когда мы чувствуем друг друга и идём в одном ритме.

Найдите себе пару. Встаньте рядом.

Теперь идем вместе — плечом к плечу.

Не обгоняем друг друга и не отстаем, держим общий шаг и общий путь.

Станция 3. «Красный — путь смелости. Мужество и отвага» (стоит стойка с флажком синего цвета)

Перед детьми — полоса препятствий: перешагнуть через низкие бруски, пройти по балансировочной доске (или по линии на полу), проползти под дугой, обежать конус.

Задание. Преодолеть полосу, помогая тем, кто рядом. Если кому-то сложно — можно подбодрить словом или показать, как лучше сделать.

Беседа в движении.

Инструктор ФК: Красный цвет — это сила духа, тепло, смелость. Смелость — это не когда совсем не страшно, а когда ты делаешь шаг вперёд, даже если немножко волнуешься. И ещё смелость — это помогать другим. Мужество — это когда человек не отступает перед трудностями, а старается их преодолеть.

Сейчас наш путь станет немного труднее, но вы проходите его не один, а вместе.

Перешагиваем.

Перепрыгиваем.

Помогаем друг другу.

Действуем смело, внимательно и дружно!

Это не соревнование.

Главная задача — пройти путь в паре, сохраняя согласованность, уверенность и взаимопомощь.

(Пары вместе проходят небольшие препятствия.. Стараются пройти путь дружно и уверенно)

Инструктор ФК: А сейчас давайте поиграем в игру «Собери триколор»

У каждого ребёнка — флажок одного из трёх цветов. По сигналу дети свободно двигаются под музыку. Когда музыка останавливается, нужно быстро собраться в три группы по цветам и выстроиться в линию: сначала белые, потом синие, потом красные — как полосы на флаге.

Инструктор ФК: Посмотрите, какой у нас получился большой флаг! Три цвета, а идём мы — одним путём. Белый — мир, синий — дружба, красный — смелость. Вместе они делают наш флаг красивым и сильным.

Три цвета- один флаг.

Один общий путь.

Одна Родина – Россия!

Все поднимают руки вверх и говорят: «Мы — Россия!»