

Конспект физкультурного досуга в старшей группе

«Мы ребята озорные».

Цель: Создание условий для эмоционально близкого общения детей в различных ситуациях

Программные задачи:

Образовательная: формирование навыков взаимодействия друг с другом;

Развивающая: развивать ловкость, быстроту, координацию движений.

Воспитательная: воспитание интереса к спорту и здоровому образу жизни.

Оборудование: 2 мяча, 2 обруча, мешочки с песком по количеству детей; 2 воздушных шара; кегли.

Ход досуга: Под музыку дети заходят в зал в колонну по одному и идут на носочках, потом на пяточках. Музыка останавливается.

Ребята, сегодня у нас с вами будут соревнования «Большие гонки». Вы должны будите показать, насколько вы выносливые, быстрые, ловкие. Я предлагаю вам разделить на 2 команды. *(расчитать на 1,2)*

Вот мы разделились на команды, а теперь вам нужно придумать название своей команде. Но названия должны быть спортивными.

Итак, мы начинаем наши соревнования.

Эстафеты:

1. Бег с двумя мячами

На линии старта первый участник берет удобным образом 2 мяча. По сигналу бежит с ними до обруча и складывает в него мячи. Назад он возвращается пустой.

Следующий участник бежит пустым до лежащих мячей, поднимет их, возвращается с ними назад к команде и, кладет их на пол в другой обруч

2. Туннель

Первый игрок посылает мяч между расставленными ногами игроков назад.

Последний игрок каждой команды наклоняется, ловит мяч и бежит с ним вдоль колонны вперед, встает в начале колонны и опять посылает мяч между расставленными ногами и т.д.

3. Снайперы

На расстоянии 3м перед каждой колонной лежит обруч. Дети по очереди бросают мешочки с песком правой рукой, стараясь попасть в обруч. Если ребенок попал, то его команде засчитывается 1 балл. Итог: у кого больше баллов, та команда и выиграла.

А теперь давайте отдохнём и отгадаем загадки:

1. Кто на льду меня догонит?

Мы бежим вперегонки.

А несут меня не кони,

А блестящие... (коньки)

2. Он лежать совсем не хочет.

Если бросить, он подскочит.

Чуть ударишь, сразу вскачь,

Ну, конечно – это ... (Мяч)

3. На снегу две полосы,

Удивились две лисы.

Подошла одна поближе:

Здесь бежали чьи-то ... (Лыжи)

Молодцы, отгадали загадки, а впереди у нас ещё остались эстафеты.

4. Воздушные кенгуру

Первый участник зажимает воздушный шар между колен и, как кенгуру, прыгает с ним до маркера окончания дистанции. Вернувшись таким же образом назад, он передаёт шарик следующему игроку и т.д.

5. Змейка

Перед детьми расставлены кегли на расстоянии 50 см друг от друга. Дети оббегают кегли «змейкой» и возвращаются назад, передавая эстафету следующему игроку.

6. Игольное ушко

В конце линии эстафеты на земле лежит обруч. Стартуя, первый участник должен добежать до обруча, поднять его и продеть через себя. Затем игрок возвращается назад.

Ведущий подводит итоги и объявляет победителей. Победителям вручаются подарки.

Ведущий: Молодцы, ребята. Сегодня вы были самыми смелыми, самыми ловкими, быстрыми и очень дружными. Желаем вам расти здоровыми, активными, веселыми и никогда не болеть.

Под музыку дети покидают зал.