

Игра – эстафета для детей старшего дошкольного возраста

Назначение работы: Данная эстафета будет способствовать сплочению ребят, научит их играть в команде, соревноваться.

Материалы: 10 обручей среднего размера, 10 мячей среднего размера, 10 кубиков, 2 гимнастические скамейки, 2 дуги, 2 хопа, 10 мешочков с песком. оценочный лист (лист А4, разделённый пополам, и на половинках написаны названия команд), призы для всех участников: Представленные эстафеты можно проводить летом на улице, при плохой погоде в зале.

Цель: Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни.

Задачи:

- Развивать интерес к спортивным играм-соревнованиям;
- Развивать ловкость, меткость, быстроту;
- Учить играть в команде, действовать сообща, по сигналу;
- Воспитывать здоровый дух соперничества;
- Воспитывать чувства коллективизма и взаимопомощи.

Ход мероприятия:

Спорт, ребята, очень нужен,

Мы со спортом очень дружим.

Спорт – помощник!

Спорт – здоровье!

Спорт – игра!

Физкульт – ура

Повторяем с детьми правила игр-эстафет:

- Играем честно и сообща.
- Играем не ради корысти, а ради удовольствия.
- Если выиграл – радуйся, если проиграл – не расстраивайся.

Музыкальная разминка

Ведущий: - Молодцы! Ну, что ж, разогрелись и пора нам переходить к самому интересному - эстафетам! Команды, приготовиться к забегам, занять свои места!

Под музыку команды выходят на площадку и строятся в колонны (название и девиз команды)

Ведущий:

Чтоб проворным стать атлетом

Проведем мы эстафеты.

Будем бегать быстро, дружно

Победить нам очень нужно!

Да пора нам определить, чья команда сильнее.

Ведущий: – Быстроту и ловкость, а также правильность выполнения эстафет будет оценивать компетентное жюри: ____

Поприветствуем их! (звучат аплодисменты)

1 эстафета. «Прыжки на двух ногах из обруча в обруч».

У каждой команды по 5 обручей. Необходимо как можно быстрее пропрыгать из обруча в обруч, при этом их не задеть. Оценивается скорость и аккуратность ребенка.

2 эстафета. «Прыжки на двух ногах через обруч».

Ребятам каждой команды необходимо как можно быстрее пропрыгать через все 5 обручей, при этом их не задеть. Оценивается скорость и аккуратность детей в каждой команде.

3 эстафета. «Ударь мячом в обруч».

У каждого ребенка в команде мяч и 5 обручей впереди. Необходимо пройти до линии финиша, останавливаясь в каждом обруче, и ударяя в него мяч. Оценивается попадание каждого ребенка в обруч и суммируется общее количество очков.

Ведущий: Приглашаю участников показать свою смекалку – отгадать загадки о спорте.

Михаил играл в футбол
И забил в ворота (Гол) .
Просыпаюсь утром рано
Вместе с солнышком румяным
Заправляю я кровать,
Быстро делаю ... (Зарядку) .
Упадет – поскачет,
Ударишь не плачет,
Он всегда несется вскачь,
Разноцветный круглый (Мяч)
На снегу две полосы,
Удивились две лисы,
Подошла одна поближе:
Здесь гуляли чьи-то (Лыжи)
Мне загадку загадили:
Это что за чудеса?
Руль, седло и две педали,
Два блестящих колеса.
У загадки есть ответ,
Это мой (Велосипед)
Каждый вечер я иду,
Рисовать круги на льду,
Только не карандашами
А блестящими ... (Коньками)

Вы подумайте, ребятки.
На чем спортсмены – мастера
Скачут с самого утра?
И с разбегу и на месте,
И двумя ногами вместе
Саши, Лены и Наталки
Крутят весело ... (Скакалки)
Силачом я стать хочу,
Прихожу я к силачу:
Расскажите вот о чем –
Как вы стали силачом?
Улыбнулся он в ответ:
Очень просто. Много лет
Ежедневно встав с постели
Поднимаю я ... (Гантели)

4 эстафета. «Прокати мяч».

Мяч катить двумя руками до стойки, затем взять его в руки и бегом назад к своей команде. У линии старта передают эстафету следующему.

5 эстафета. «Прыжки на двух ногах с мячом, зажатым ногами».

Каждый ребенок в команде зажимает мяч между колен и прыгает до финишной прямой, стараясь не уронить мяч. Обратно возвращается бегом. У линии старта передает эстафету следующему касанием руки.

6 эстафета. «Переправа».

У каждого ребенка в команде по 1 кубику. Первый бежит и переносит свой кубик капитан. Он остается у переправы. Нужно как можно скорее перенести по 1 все кубики и отдать их капитану, пролезая в обруч.

7 эстафета. «Попрыгушки».

Прыжки на одной правой ноге вперед. Назад – на другой левой ноге. Руки на поясе. У линии старта передает эстафету следующему касанием руки.

А мы пока поиграем в игру: «Да, нет».

Каша вкусная еда

Это нам полезно? (Да)

Лук зеленый иногда

Нам полезен дети? (Да)

В луже грязная вода

Нам полезна иногда? (Нет)

Щи - отличная еда

Это нам полезно? (Да)
Мухоморный суп всегда –
Это нам полезно? (Нет)
Фрукты – просто красота!
Это нам полезно? (Да)
Грязных ягод иногда
Съесть полезно, детки? (Нет)
Овощей растет гряды.
Овощи полезны? (Да)
Сок, компотик иногда
Нам полезны, дети? (Да)
Съесть мешок большой конфет
Это вредно, дети? (Да)
Лишь полезная еда
На столе у нас всегда!

8 эстафета. «Сбей кеглю».

Приглашаются капитаны команд. Нужно, прокатывая мяч двумя руками сбить кеглю, стоящую впереди на расстоянии 3м. У каждого капитана по 3 попытки, за каждую сбитую кеглю-1 очко.

9 эстафета. «Донеси – не урони».

Дети каждой команды по очереди несут на голове мешочек с песком до поворотной отметки и возвращаются назад бегом. У линии старта передают эстафету следующему касанием руки.

10 эстафета. «Хождение змейкой между предметами».

Каждому ребенку в команде необходимо пройти змейкой между кубиками, при этом их не задеть. Оценивается скорость и аккуратность детей в каждой команде. У линии старта передают эстафету следующему.

11 эстафета. «Попади в цель».

У каждого ребенка в руке мешочек с песком. Участникам необходимо попасть мешочком в цель (бросить его в обруч). Оценивается общее число попаданий в каждой команде.

12 эстафета. «Пролезь, перепрыгни, доставь мешочек».

У каждого ребенка в руке мешочек с песком. Участнику необходимо подлезть под дугу, перепрыгнуть обруч и положить мешочек в корзину. Чья корзина быстрее наполнится, та команда получает очко.

13 эстафета. «Передача мяча».

Дети выстраиваются цепочкой в каждой команде и по сигналу начинают передавать друг другу мяч вперед. Капитан, которому первому передадут мяч, поднимает его вверх.

Жюри подводят итоги.

Ведущий: А сейчас наши замечательные спортсмены совершат Круг почета.

Звучит марш. Круг почета.

Ведущий: Закончились соревнования, но дружба дошкольников с физкультурой продолжается.

Путь как цветы

В краю родном

Растут ребята наши,

Пусть будут крепче с каждым днем

И с каждым годом краше. До свидания!