

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №1 «Теремок»

**Спортивный досуг
для старшей группы
« Ловкие, смелые, сильные, умелые»**



Выполнила воспитатель:
Потехина Л.С.

Тонкино
2022

Цель: Формировать стремление детей активно участвовать в развлечениях. Развивать у детей потребность к ежедневной двигательной деятельности. Учить играть в подвижные игры с элементами соревнования. Воспитывать: ловкость, силу, выносливость, ответственность.

Предварительная работа: Рассматривание иллюстраций о лете.

Беседа на тему: «Лето»

Материал: обручи, мячи, кегли, мешочек с песком, мелки, эмблемы, медали.

Ход:

Воспитатель:

Опять смеётся лето

В открытое окно

И солнышка и лета

Полным, полным – полно!

Дети, сейчас мы с вами разобьёмся на две команды и проведем летнее соревнование, узнаем кто у нас самый сильный, ловкий, смелый.

После этого вы подойдёте к капитанам, и они будут вас выбирать. А кто будет у вас капитанами команд?

(воспитатель вместе с детьми выбирают двух капитанов, после этого капитаны отбирают себе в команду детей).

Воспитатель: Я вижу, команды готовы. Теперь надо дать название командам.

Воспитатель: Первая команда.

Ромашки.

Воспитатель: Вторая команда.

Ветерки.

Воспитатель: Отлично! А теперь приступаем к первому конкурсу.

- Летом цветёт много цветов. Сейчас вы по очереди (команды) будете называть цветы, чья команда больше назовёт, та и победит.

(закрепить знания, развитие мышления).

Воспитатель: Первый конкурс – эстафета «Пронеси и не урони».

Инвентарь: мячи.

-Первый участник от каждой команды зажимает мяч между ног и прыгая вместе с ним, обегая кеглю, возвращается назад. Передает мяч следующему участнику. Руками мяч держать нельзя! Если мяч падает, необходимо остановиться и поправить мяч, только затем продолжить движение. Побеждает та команда, которая закончила эстафету первой и с наименьшим количеством ошибок.

Воспитатель: Второй конкурс – эстафета «Передай мяч».

Участники встают друг за другом. Капитанам вручаются мячи. По сигналу ведущего капитаны передают мяч через голову второму игроку, второй — третьему, и так до последнего. Последний, получив мяч, должен обежать свою команду, встать во главе ее и поднять мяч вверх.

Воспитатель: Третий конкурс – эстафета «Попрыгушки».

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

Воспитатель: Четвертый конкурс – 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.

Воспитатель: А теперь немного отдохнем.

-отгадайте загадки.

Просыпаюсь утром рано,

Вместе с солнышком румяным,

Заправляю сам кровать,

Быстро делаю ... (*Зарядку*)

Не похож я на коня,

А седло есть у меня.

Спицы есть, они, признаться,

Для вязанья не годятся.

Не будильник, не трамвай,

А звоню я, то и знай. (*Велосипед*)

По пустому животу

Бьют меня — неумоготу!

Метко сыплют игроки

Мне ногами тумаки. (*Футбольный мяч*)

Когда весна берет свое

И ручейки бегут звеня,

Я прыгаю через нее,

Ну, а она — через меня. (*Скакалка*)

Воспитатель: Пятый конкурс – эстафета

(Подбежать с мелком к нарисованному солнышку, подрисовать один луч, бегом обратно, передать мелок следующему.)

Воспитатель: Шестой конкурс

«Чья команда быстрее построится»

Пока звучит музыка дети бегают, а когда заканчивается быстро выстраиваются; выигрывает та команда, чья быстрее построится.

Воспитатель: Вот и закончились наши соревнования. Все участники команд показали свою ловкость, силу, быстроту. А главное – получили заряд бодрости и массу положительных эмоций! Занимайтесь спортом, укрепляйте своё здоровье, развивайте силу и выносливость!

Воспитатель:

И вот подводим мы итоги,

Какие б ни были они.

Со спортом будем мы дружить,

И нашей дружбой дорожить.

И станем сильными тогда.

Здоровыми, умелыми,

И ловкими, и смелыми.