

Спортивные эстафеты «Мы здоровью скажем: - ДА!»

в средней группе детского сада.

Цель: Пропаганда здорового образа жизни.

Задачи:

содействовать повышению интереса к активному и здоровому образу жизни;

развивать интерес к физической культуре;

воспитывать чувство коллективизма, товарищества, взаимовыручки.

Ход мероприятия.

В: Здравствуйте, дорогие ребята и уважаемые гости! Нам очень приятно видеть всех вас сегодня на нашем празднике спорта. Мы начинаем спортивные соревнования «Мы здоровью скажем – ДА!». Участники соревнований будут состязаться в силе, ловкости, смекалке, быстроте.

На спортивную площадку

Приглашаем мы всех вас!

Праздник спорта и здоровья

Начинаем мы сейчас

В соревнованиях примут участие команды: «Весельчаки» и «Счастливчики».

Повторяем с детьми правила игр-эстафет:

- Играем честно и сообща.

- Играем не ради корысти, а ради удовольствия.

- Если выиграл – радуйся, если проиграл – не расстраивайся.

В: Для занятий, как известно,

Обруч нам необходим.

И красиво, и полезно

Упражненье делать с ним.

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

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

2 эстафета. « Пролезь в обруч».

4 обруча разложены один за другим. Бегут к обручам, берут его двумя руками, поднимают над головой и пролезают через него. Обруч кладут на место и бегут к следующему обручу. Обрато возвращаются бегом по прямой.

В: Если хочешь стать умелым,

Сильным, ловким, смелым,

Научись любить скакалки,

Обручи и палки.

Никогда не унывай,

В цель мячами попадай.

3.эстафета “Самый меткий”

Воспитатели стоят на расстоянии от своих команд, лицом к ним, в руках у каждого обруч. Игроки по очереди пытаются попасть в обруч мячом.

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.

В: Вы, наверное, устали

Отдохнуть вам всем пора,

Ну а чтобы не скучали,

Вам загадки знать пора.

Воспитатель загадывает загадки на любую тематику:

Он лежать совсем не хочет.

Если бросишь – он подскочит.

Бросишь, снова мчится вскачь

Отгадай, что это?...(Мяч)

Обгонять друг друга рады

Ты смотри, дружок, не падай!

Хороши они, легки, быстроходные... (Коньки)

Зелёный полосатый шар,

С начинкой алой словно жар,
Лежит на грядке, словно груз,
Скажите, что это. (Арбуз)

У извилистой дорожки
Растёт солнышко на ножке.
Как созреет солнышко,
Будет горстка зёрнышек. (Подсолнух)

Как над речкой, над рекой
Появился вдруг цветной,
Чудо мостик подвесной. (Радуга)

6 эстафета «Дорисуй цветок».

Нарисована серединка цветка. Каждый участник по очереди подбегает и рисует мелком- один лепесток. Возвратившись к линии старта, он передает мелок следующему члену команды.

7 эстафета «Передай мяч»

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

8 эстафета «Сбей кеглю»

Нужно, прокатывая мяч двумя руками сбить кегли, стоящие впереди на расстоянии 3м. За каждую сбитую кеглю-1 очко.

9 эстафета «Самокаты»

Каждый участник по очереди едет на самокате до стойки, объезжает её и возвращается к своей команде, передает самокат следующему участнику.

В: Чтоб проворным стать атлетом

Вам, напоследок – эстафета.

Будем бегать быстро, дружно

Победить Вам очень нужно.

10. эстафета «Эстафетная палочка»

Каждый участник бежит до ориентира и обратно, передавая эстафетную палочку.

В: -Ребята, наши игры – эстафеты подошли к концу. Вы все молодцы. Очень старались. Но главное не победа, а участие. И победила дружба. Сейчас вы все получите маленький приз за участие в эстафетах (раздаю детям медальки).

Всем спасибо за внимание

За задор и звонкий смех,

За огонь соревнования,

Обеспечивший успех.

Вот настал момент прощанья

Будет краткой наша речь-

Говорим мы до свиданья,

До счастливых новых встреч!

Звучит музыка «Мы чемпионы».

Давайте растить детей здоровыми!!!