Физкультурный досуг в старшей группе

«Быть здоровыми хотим!»

Цель: укреплять здоровье и осуществлять физическое развитие детей.

Задачи:

- Развивать интерес к зимним играм-эстафетам;

- учить играть в команде, действовать по сигналу и сообща;

- воспитывать чувства коллективизма и взаимопомощи.

- удовлетворять физические потребности детей в движении на улице;

- развивать ловкость, способность ориентироваться в пространстве;

- создать положительные эмоции, радость от совместной двигательной деятельности,

- закаливание (спортивные игры на свежем воздухе).

Инвентарь: Флажки, клюшки, шайбы, обручи, конусы.

Воспитатель: Поиграй-ка, поиграй-ка

Наш веселый стадион,

С физкультурой всех ребят

Навсегда подружит он.

Если хочешь быть умелым,

Ловким, быстрым, сильным, смелым,

Никогда не унывай,

Прыгай, бегай и играй.

Вот здоровья в чем секрет,

Будь здоров!

Воспитатель: Фикульт! (дети: - Привет)

Ребенок: Нам лет еще немного,

Скорее подрасти.

Нам в спорт большой

Дорога открыта впереди!

Воспитатель: Не боимся мы простуды,

Нам и насморк нипочем,

Мы привыкли заниматься.

Физкультурой круглый год.

Воспитатель: Сейчас мы разделимся на две команды.

Дети делятся на две команды, встают по два человека.

Эстафета №1. Ребёнок в обруче в паре добегают до конуса, огибают его и возвращаются обратно и так до последнего участника.

Эстафета №2. Ребёнок клюшкой ведёт шайбу до конуса, огибает его, возвращается и передаёт эстафету следующему участнику.

Эстафета №3. «Веселая змейка» Первый участник команды добегает до конуса, огибает его и бежит обратно, затем он берет второго участника за руку и бегут к конусу, огибают конус и возвращаются за третьим участником, а затем за четвертым, пятым и так далее. Получается «змейка». Чья «змейка» прибежит первой, та команда и выиграла.

Эстафета №4. «Кто скорее до флажка».

У каждой команды свой цвет флажка, поставленного в снег. Дети каждой команды расходятся по участку. По сигналу воспитателя дети бегут к своему флажку. Во время хождения детей флажки можно менять местами. Выигрывает команда, которая первая соберется у своего флажка.

Воспитатель:

Ну, спортсмены, молодцы!

Поздравляем от души.