

Досуг «Я и дома и в саду с физкультурой дружу»

01.07.2022 год

Цель: Привлечь детей к здоровому образу жизни через спортивный досуг.

Задачи: Приобщать детей к здоровому образу жизни через двигательную активность, упражнять в выполнении основных видов движений через игровые задания, обучать игре в команде. Развивать выдержку, ловкость, ориентировку в пространстве, смекалку, мышление.

Ход досуга:

Воспитатель: Дети, давайте встанем в круг и возьмёмся за руки. И подумайте, как хорошо, что мы сегодня здесь все вместе. Мы спокойны и добры, приветливы и ласковы. Мы дружим и называем друг друга ласковыми именами.

Игра «Назови ласково». (Дети называют друг друга ласковыми именами).

Воспитатель: Но иногда нам становится очень грустно. Давайте покажем наше настроение.

Физминутка: «Настроение»

Настроение упало, (развести руки в стороны и вниз, пожать печально плечами)

Дело валится из рук... (бьем легонько по внешним сторонам ладоней)

Но еще не все пропало, (пальчиком влево-вправо)

Если есть хороший друг. (показать на друга)

С делом справимся вдвоем, (положить руки на плечи друга)

С облегчением вздохнем – Эх. Настроение поднимем (присели, собрали настроение в ладошки) И от пыли отряхнем! (отряхивают руки).



Воспитатель: Дорогие ребята! Сегодня мы с вами проведём весёлые эстафеты, которые помогут нам лучше узнать друг друга, стать дружными детьми.

1. Эстафета: «Бег с препятствием»

(Прыжки из обруча в обруч, пролезание под дугой).



Воспитатель: Ребята, в следующей эстафете нам нужно держать равновесие, пройти по канату. Ваша задача пройти по канату и не упасть. Задание понятно? На старт, внимание, марш!

2. Эстафета: «Пройди по канату». (Взявшись за руки, дети проходят по канату, не разрывая рук).



3. Эстафета: «Бег с мячом»

(Каждый из команды обегает поворотную стойку и передает мяч следующему)



4. Эстафета: «Передача мяча над головой»

(По сигналу дети передают мяч друг другу над головой)



Воспитатель: Молодцы, ребята. Устали? Нет? Тогда следующее задание для вас.

Игра «Съедобное - несъедобное».

На полу стоит корзина с продуктами и игрушками. Дети должны выбрать, что съедобное и несъедобное и бежать до обручей, положить в зеленый обруч съедобное, а в красный – несъедобное.



Воспитатель: Внимание: а теперь мы превращаемся в «сороконожку»!

Игра «Сороконожка».

Воспитатель и дети встают друг за другом и кладут руки на пояс впереди стоящему ребёнку. Играющие должны крепко держать друг друга, чтобы «сороконожка не разорвалась».



5. Эстафета: «Перетягивание каната» (По сигналу дети перетягивают канат)



Воспитатель: Молодцы! Вы все веселы и бодры! Мы дружные ребята?

Дети: Да.

Воспитатель: А сейчас веселый танец для веселых и дружных ребят.

Танец «Есть друзья».

Воспитатель: Вот и подошло к финалу наш досуг. Спасибо, ребята, за дружные игры! Вы отлично справились со всеми заданиями. Все участники показали свою ловкость, силу, быстроту. А главное – получили заряд бодрости!