Физкультурный досуг "зимние эстафеты" для проведения в зале со старшими дошкольниками

Задачи: Формировать устойчивый интерес к спортивным играм и развлечениям, повышать двигательную активность. Развивать основные физические качества: ловкость, силу, скорость, меткость. Воспитывать целеустремлённость, настойчивость, чувство товарищества при проведении коллективных эстафет.
Создать эмоционально - положительное настроение.

Инвентарь: 2 детских лопатки, 2 снежинки (можно вырезанные из бумаги), 2 стойки (или конуса), 2 пары лыж, 4 обруча, снежки из ваты (по количеству детей), 2 корзины, 2 ледянки,2 мягкие игрушки, 2 гимнастические палки, кегли – 10 шт.

Ход развлечения

Под музыку «Кабы не было зимы» дети входят в зал.

Ведущий: Над землею закружила

Вновь зима свой хоровод!

Пусть здоровье, радость, силу

Зимний спорт нам принесет!

Мы зовем на праздник всех,

Пусть звучит веселый смех!

Ребята, а какие зимние виды спорта вы знаете? (фигурное катание, биатлон, хоккей, конькобежный спорт, лыжные гонки, санный спорт и т.д.)

Ведущий: зимой много различных игр и развлечений. Предлагаю вам поиграть в игру «Да-нет». Я называю игры и развлечения, а вы говорить «да», когда услышите игру, в которую можно играть зимой и «нет», если это не зимнее развлечение

- кататься на санках

- кататься на велосипеде

- лепить снеговика

- купаться в реке

- играть в снежки

- строить замок из песка

- строить крепость из снега

- кататься на роликах

- собирать цветы

- кататься на коньках

Ведущий. Вот сколько игр и развлечений можно придумать зимой. Сейчас на улице сильные морозы, а я предлагаю устроить зимние эстафеты в нашем спортивном зале.

Пусть январь гудит ветрами

Щеки холодом румянит

Ну и пусть! Мы не боимся,

А играем, веселимся!

Приглашаю вас на веселую разминку.

Под музыку проводится разминка «А на улице мороз»

Ведущий. Внимание, внимание у нас начинаются соревнования! В наших эстафетах принимают участие две команды: команда «Елочка» и команда «Снежинка».

Команды строятся в две колонны и начинаются эстафеты:

1.      «Перенеси снежинку»

Первые участники команд бегут к противоположному концу зала, держа на вытянутой руке лопатку, на которой лежит снежинка, обегают стойку и передают эстафету следующему игроку.

2.      «Биатлон»

Доехать на одной лыже до обруча со снежками, забросить снежок в корзину, вернуться обратно, передать эстафету-лыжу

3.      «Эх, прокачу!»

На ледянке перевезти игрушку до стойки и обратно. Передать эстафету следующему участнику

4.      «С льдины на льдину»

На полу лежат два обруча, в руке у участника гимнастическая палка. Участник переступает из обруча в обруч, передвигая палкой обруч, который находится сзади, вперед. Возвращается тем же способом, передает эстафету.

5.      «Зимняя дорожка»

Участники в колонне держатся за плечи впереди стоящего, все вместе обегают змейкой кегли и возвращаются обратно

6.      «Переправа»

Капитан команды надевает на себя обруч, забирает с собой следующего участника, вместе с ним добегают на противоположную сторону зала, возвращается обратно за следующим участником. Таким образом переправляет всю команду.

Подведение итогов. Награждение команд.