

МБДОУ «Александровский детский сад «Ягодка»

Физкультурный досуг

«Эстафета добра»

Подготовили и провели:

воспитатели разновозрастной группы
старшего дошкольного возраста

Маколова С.С., Панкова Е.Н.

Дата и время проведения: 17.09.2019г., 11.30ч.

Цель: повысить работоспособность разных групп мышц, двигательную активность детей; развивать интерес к играм-эстафетам, быстроту, ловкость, выносливость; воспитывать доброту, отзывчивость.

Оборудование: обручи, конусы, малые мячи, 2 больших мяча, эстафетные шорты, ракетки.

Ход физкультурного досуга:

Воспитатель: Сегодня мы с вами собрались, но праздник спорта и доброты. Хочу произнести слово «Здравствуйте». Чаще говорите это слово удивительное родным и близким, друзьям и просто людям. Это особенное слово, когда мы его произносим, то не только кого-то приветствуем, но и желаем друг другу здоровья.

Здравствуй, ты скажешь человеку.

Здравствуй, улыбнётся он в ответ.

И наверно не пойдёт в аптеку.

И здоровым будет много лет.

- Какими ещё словами можно приветствовать друг друга? Дети: Добрый день!

Воспитатель: давайте вместе с вами покажем как мы друг друга уважаем!

Игра «Здравствуй друг»

Здравствуй, друг (*здороваются за руку*)

Как ты тут (*похлопывают друг друга по плечу*)

Где ты был (*теребят друг друга за ушко*)

Я скучал (*складывают руки в области сердца*)

Ты пришел (*разводят руки в стороны*)

Хорошо (*обнимаются*)

До свидания, милый друг (*за руку*)

Очень рад я встрече (*машут*)

Может, встретимся еще (*хлопают по плечу*)

Давай же как-то вечером (*обнимаются*)

Нам лениться, не годиться,

Помните; ребята,

Даже звери, даже птицы

Делают зарядку.

(*Предлагаю всем свободно встать*)

В ладоши громко хлопните (*Зраза*).

Ногой по полу топните (*Зраза*).

Нагнитесь, распрямитесь.

Теперь доброжелательно

Друг другу улыбнитесь.

Должны вы сесть, глаза закрыть,

И обо всем на миг забыть.

Воспитатель: Думаю, теперь мы готовы начать наши эстафеты-добра.

1 эстафета «Мы вместе»

Команды построены парами. Первая пара одевает на себя обруч. По сигналу они бегут по прямой, к указателю, огибают его и возвращаются обратно, перекидывая обруч на следующую пару, эстафета продолжается. Побеждает команда, первая закончившая эстафету.



2 эстафета «Дорогой дружбы»

Команды построены в колонну по одному. По сигналу первые номера начинают передвижение, прыгая из обруча в обруч на двух ногах. Обегают стойку, обратно бегут без задания, передавая эстафету следующему игроку.



Пальчиковая гимнастика «Доброта»

Если пальчики грустят –

Доброты они хотят. *(пальцы плотно прижимаем к ладони)*

Если пальчики заплачут –

Их обидел кто-то значит. *(трясем кистями)*

Наши пальцы пожалеем –

Добротой своей согреем. *(«моем» руки, дышим на них)*

К себе ладошки мы прижмем, *(поочередно, 1 сверху, 1 внизу)*

Гладить ласково начнем. *(гладим ладонь другой ладонью)*

Пусть обнимутся ладошки,

Поиграют пусть немножко. *(скрестить пальцы, ладони прижать пальцы двух рук быстро легко стучат)*

Каждый пальчик нужно взять

И покрепче обнимать. *(каждый палец зажимаем в кулачке)*

3 эстафета «Дружба крепкая»

Двое детей, стоя, лицом друг к другу, без помощи рук зажимают мяч между грудью и стараются пройти до ориентира и вернуться обратно.



4 эстафета «Вместе весело шагать»

Команды построены в колонну по парам. Первая пара одевает на себя эстафетные шорты. По сигналу они бегут по прямой, к указателю, огибают его и возвращаются обратно, передавая эстафету следующему игроку.



5 эстафета «Кольцо дружбы»

Бросание мяча в обруч в вертикальном положении.



6 эстафета «Эстафета добра»

Дети выстроены в одну шеренгу, каждая команда на своей половине. В руках находится частичка добра (мяч). Дети передают его друг другу на ракетке. Заканчивается эстафета, когда капитан получает мяч.



Воспитатель: Сегодня доброта и спорт вместе с вами останутся надолго. Сегодня вы сами и ваш организм, и всё тело получили заряд бодрости и здоровья. Тренируя своё тело, вы становитесь красивее, сильнее, здоровее. Прошу вас об этом помнить и постоянно тренировать себя в разных играх, упражнениях. Постарайтесь и своих родителей приглашать, чтобы они вместе с вами позанимались. Будьте здоровы! До свидания!