

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад комбинированного вида № 1»
городского округа Самара

«Весёлые старты»

Игры-эстафеты для детей

старшего дошкольного возраста на прогулке

Подготовили воспитатели

Жидкова А. Д.,

Федотова Е.Р.

Самара 2019г.

Цель:

Развитие физических качеств у детей (ловкость, быстроту, выносливость, координацию, равновесие, меткость, глазомер). Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни.

Игры – эстафеты для детей старшего дошкольного возраста.

Задачи:

- Развивать интерес к спортивным играм-соревнованиям; прививать интерес к активному образу жизни.
- Развивать координацию движений, ловкость, меткость, быстроту, равновесие, глазомер.
- Учить играть в команде, действовать сообща, по сигналу.
- Воспитывать здоровый дух соперничества.
- Воспитывать чувства коллективизма и взаимопомощи.
- Упражнять в основных видах движений, развивать силу, ловкость, скорость, выносливость.

Оборудование:

- флажки с изображением заданий;
- кубики, мешочки с песком, обручи, мячи, скакалки.

Предварительная работа:

- беседа об олимпийских играх и о символике (кольца, медали, олимпийский огонь, разные животные и вымышленные герои),
- рассматривание картинок, иллюстраций, фотографий разных видов спорта,
- беседа о дружбе.
- Проведение разминки с детьми, разделение на 2 команды.
- Повторяем с детьми правила эстафет:

У линии старта передаём эстафету следующему касанием руки.

Играем честно и сообща.

Если выиграл – радуйся, если проиграл – не расстраивайся.

Команды занимайте места за линией старта (стоят в колону друг за другом).

Ход игры - эстафеты «Весёлые старты»

Ведущий: Команды занимайте места за линией старта (стоят в колонну друг за другом).

Коммуникативная игра «Иголочка и ниточка»

Все игроки становятся друг за другом. Один игрок – иголка. Другие игроки – нитка. «Иголка» бегаёт, меняя направление движения – и прямо, и змейкой, и по кругу, с резкими поворотами и плавно. Остальные игроки должны не отставать и подстраиваться в своих действиях под свою команду.

-1-ая эстафета «Хождение змейкой между предметами».

Каждому ребёнку в команде необходимо пройти змейкой между кубиками, при этом их не задеть. У линии старта передают эстафету следующему.

Оценивается скорость и аккуратность детей в каждой команде.

-2-ая эстафета «Попади в цель».

У каждого ребёнка в руке мешочек с песком. Участникам необходимо попасть мешочком в цель (бросить его в обруч).

Оценивается общее число попаданий в каждой команде.

-3-ая эстафета «Построй башенку».

Команды строят на скорость башни. Каждый ребёнок прыгает на одной ноге до цели и ставит свой кубик на другой.

Оценивается скорость и аккуратность детей.

-4-ая эстафета «Пробеги со скакалкой». Нужно, прыгая через скакалку, добежать до цели и бегом вернуться обратно, передав скакалку следующему игроку.

Оценивается скорость и правильность исполнения.

-5-ая эстафета «Прыжки на двух ногах с мячом в руках».

Каждый ребёнок в команде берёт мяч/ зажимает между ног и прыгает до финишной прямой, стараясь не уронить мяч. Обратно возвращается бегом.

У линии старта передаёт эстафету следующему касанием руки.

Оценивается скорость и аккуратность детей в каждой команде.

-6-ая эстафета «Прыжки на двух ногах/одной ноге из обруча в обруч».

У каждой команды по 5 обручей. Необходимо как можно быстрее пропрыгать из обруча в обруч, при этом их не задеть.

Оценивается скорость и аккуратность детей.

-7-ая эстафета «Передай мяч».

Дети выстраиваются цепочкой в каждой команде и по сигналу начинают передавать друг другу мяч вперед над головами, обратно передают мяч внизу между ног. Капитан, которому первому передадут мяч, поднимает его вверх.

Ведущая: Закончился наш праздник «Весёлые старты»! Все вы теперь стали: сильные, ловкие, смелые, умелые! По окончании праздника детям вручаются медали.