

Конспект спортивной эстафеты с детьми 5-7 лет «В поисках ключа к здоровью»

Автор: инструктор по физическому воспитанию
МБДОУ – д/с №5 ст.Старовеличковской
Евгения Андреевна Токарева

Цель:	создать у детей радостное, веселое настроение, совершенствовать двигательные навыки в спортивных эстафетах;
Задачи:	Оздоровительные: Сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей;
	Образовательные: Формировать у детей представление о здоровом образе жизни через двигательную активность. Закрепить физические качества: ловкость, скорость, сила;
	Воспитательные: Формировать умение проявлять дисциплинированность, умение взаимодействовать в коллективе
Предварительная работа:	отработка элементов эстафеты с использованием бега, прыжков, метания, подтягивания на гимнастической скамье.
Место проведения:	группа, корригирующая дорожка в коридоре, спортзал.
Оборудование:	2 гимнастические скамьи, обручи, малые игровые шары, футбольные мячи, ограничители: фишки и конусы, клюшки, массажные коврики.

Ход мероприятия

Педагог приходит в группу к детям.

Педагог: Здравствуйте, ребята!

Педагог: Кто из вас хочет стать самым сильным, ловким, здоровым?

Ответы детей.

Педагог: Для чего мы занимаемся физической культурой?

Ответы детей

Педагог: Скажите, ребята, что дороже всего на свете?

Педагог: Молодцы, правильно. А ответьте-ка дружно, что для здоровья всем нам нужно?

-Нужно правильно питаться! Да!

-Физкультурой заниматься! Да!

-По утрам зарядку делать! Да!

-Быть умелым, сильным, смелым! Да!

Педагог: У каждого из нас должен быть ключ к здоровью, а у вас он есть?

Педагог: Тогда я предлагаю вам отыскать ключ здоровья. Согласны?

Ответы детей.

Педагог: Тогда отправляемся. Ну а форма нам нужна?

Без неё мы никуда!

(Дети идут переодеваться, затем выходят и строятся в колонну)

Педагог: Сделать нас сильнее намного упражнения помогут!

(Ходьба змейкой, затем дети выходят в коридор, где выполняют упражнения на корригирующей дорожке (разминка). После разминки дети подходят к указателю.)

Смотрите, указатель!

Педагог: Друзья, здесь написано:

-Налево пойдешь – в сонное царство попадешь.

-Прямо пойдешь – здоровье найдешь.

-Направо пойдешь – гору сладостей найдешь.

Какой путь мы с вами выбираем?

(Дети приходят в спортзал, рассматривают оборудование к занятию, свободно перемещаются по залу)

Педагог: Чтобы быстрее найти ключ к здоровью, предлагаю устроить соревнование. Покажите свою ловкость, умения, находчивость. А за каждое испытание вы будете получать награду.

Дети строятся в 2 колонны для участия в эстафетах. Педагог объявляет детям, что за каждое испытание команды получают приз (в виде кусочка-пазла)

Эстафета «Звонок к успеху» Участник, выполнивший задание, звонит в колокольчик, затем возвращается к команде и дает старт следующему члену команды.

Эстафета «Самый сильный» Участники выполняют подтягивания на гимнастической скамье, затем змейкой возвращаются и дают старт следующему игроку команды.

Эстафета «Норки» Каждый участник по очереди прокатывает мячик через «норку» при помощи хоккейной клюшки и затем забивает его в ворота. Возвращаясь к команде, игрок передает клюшку и мяч следующему игроку команды.

Эстафета «Самый меткий». Участники сначала выполняют прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед, затем подбегают к корзине с мячами, берут мячик и бросают его в подвешенный обруч. *(Обруч заклеен липкой лентой, к которой прилипают мячики)*

Эстафета «Встречная». Направляющий участник прокатывает мяч игроку своей команды, тот должен вернуть мяч обратно направляющему и встать в конец колонны. И так пока не поучаствуют все игроки. (После прохождения эстафет педагог проводит восстанавливающие упражнения.)

Педагог: Какие вы умницы! Успешно выполнили все задания! Ребята, посмотрите, все ваши награды за конкурсы напоминают пазлы. Давайте попробуем сложить их и посмотреть, что у нас получится.

Дети садятся в кружок и выкладывают из пазлов ключ.

Это же ключ! Ключ здоровья! Занимаясь спортом, мы открываем себе путь к здоровью!