Задачи:

- прыгать на двух ногах, удерживая мяч между ног с продвижением вперед;

- бегать, не наталкиваясь друг на друга;

- закреплять умение соблюдать равновесие при выполнении упражнений;

- развивать ловкость, быстроту и координацию движений;

- продолжать развивать находчивость и сообразительность;

- воспитывать у детей желание принимать активное участие в досуге, создавать положительный эмоциональный настрой при выполнении заданий и упражнений, стремление внести свой вклад в успех своей команды;

- использовать нестандартные атрибуты.

Предварительная работа:

- игры с мячами разного размера, с нестандартными атрибутами, игры соревновательного характера;

- беседы о разных видах спорта, рассматривание иллюстраций, рисование на спортивную тематику в свободное время;

- самостоятельное придумывание считалок и знакомство детей с загадками о различных видах спорта;

Оборудование и атрибуты:

- мячи среднего размера-2;

- мягкие модули «льдины»-6;

- кегли-бутылочки с веревкой и ориентиром посередине -1(нестандартный атрибут);

- плоскостные «следы»-8;

- пирамидки большие -2;

- стулья-4;

- доски для рисования-2;

- медали для награжения-28;

- цветок «здоровья»-1;

- резинка – 3 м. (нестандартный атрибут);

-цветок и шесть лепестков с разными видами спорта;

-мольберты - доски для рисования-3.

Ход досуга:

Ведущий: «У нас сегодня замечательный день, добрый и Удивительный!

Чтоб звенел веселый смех,

Не болели дети.

Мы в страну чудес пойдем

За здоровьем и секретом.

Наш спортивный досуг так и называется «Путешествие за секретом Здоровья».

Наши дети молодцы!

Спортсмены-удальцы!

Давайте их дружно встречать,

Удач и побед желать!»

Под марш входят дети и перестраиваются в две колонны.



Ведущий: «Здравствуйте, дорогие ребята!»

Дети: « Здравствуйте!».

Ведущий: «Ребята! Девиз вашей группы?».

Дети: «Будем вместе мы всегда, как у радуги цвета!»

Ведущий: «Ребята, у вас замечательный девиз! Ведь ваша группа тоже называется «Радуга».

Я получила письмо, в котором нам сообщают, что есть удивительный и волшебный цветок – цветок Здоровья! Кто его найдет, тот станет самым сильным, самым ловким и самым здоровым. Растет этот цветок на острове, который так и называется – «Остров Здоровья». Но там приключилась беда: подул ветерок - озорничок и оторвал, подхватил все лепесточки и унес их. Как бы я хотела их отыскать, чтобы цветок снова ожил и одарил всех своей волшебной силой Здоровья! А вы хотите помочь цветку и отыскать пропавшие лепесточки?»

Дети: «Да!»

Ведущий: «Но чтобы совершить это необыкновенное путешествие, нам с вами нужно преодолеть много препятствий. Согласны?»

Дети: «Да!»



Ведущий: «Кто из вас не знает скуки?

Кто здесь мастер на все руки?

Надо наш путь препятствий пройти

И обратно с улыбкой прийти

Что ж, ребята, в добрый путь!

Я удачи вам желаю,

А все победы и призы

Мы здоровью посвящаем».

Звучит музыка. Дети преодолевают несколько первых препятствий: ходьба по плоскостным следам, перепрыгивание через модули, перепрыгивание через натянутую между стульями резинку, ходьба на корточках, легкий бег между кеглями - змейкой.

Ведущий: «Ребята, а вот и первое задание, для того чтобы найти первый лепесток:

«Бело- черные пингвины

Далеко видны на льдинах.

Как они шагают дружно

Показать нам это нужно» (Пингвины)



1.Эстафета «Переправа»

Цель: умение перепрыгивать через препятствия-«льдины» на двух ногах.

Ведущий: «Молодцы, дети! Вот и первый лепесток отыскался».



Следующее задание:

«Есть зверек один смешной

Очень любит прыгать он.

Прыг да скок, как заводной

Он с покоем не знаком». (Кенгуру)

2.Эстафета «Кенгуру»



Цель: умение прыгать с продвижением вперед с зажатым между ног мячом

Ведущий: «Молодцы, дети! Вот и второй лепесток мы с вами нашли. Мы приближаемся к заветной цели.

«Я верчу, кручу, спешу,

Самым ловким стать хочу.

Интересная игра-

Дружба – это чудеса!»



3.Эстафета «Кто быстрее»

Цель: развитие быстроты и ловкости. Скручивание веревки до определенного ориентира.

Ведущий: «Молодцы, ребята! Еще один лепесток отыскали».

Ведущий: « А теперь разминка.

Видов спорта много есть!

Даже всех не перечесть.

Будем мы сейчас играть,

Виды спорта называть!

1. «На снегу две полосы,

Удивились две лисы.

Подошла одна поближе:

«Здесь бежали чьи- то …….(лыжи)



1. «Вокруг глубокий снег лежит,

А он легко поверх бежит.

Лишь с колее сойти нельзя.

Кто мчится к финишу, скользя?»… (Лыжник

1. .«Кто на льду меня догонит?

Мы бежим вперегонки.

А несут меня не кони,

А блестящие………..(коньки)

1. «Во дворе с утра игра,

Разыгралась детвора

Крики: «Шайбу! , «Мимо!», «Бей!»

Там идет игра….. «Хоккей).

1. « Красиво, грациозно

Танцуют все на льду.

И пусть бывает сложно,

Я это спорт люблю!»….(Фигурис

1. «За веревочку коня,

В горку я тащу.

Ну а с горки быстро я,

На коне лечу……… (санки)

1. «Ногами все бьют мяч, пинают.

Как гвоздь в ворота забивают.

Кричат от радости все :ГОЛ!»,

Игру с мячом зовут……….(Футбол)

Ведущий: «Молодцы, ребята! Мы совсем близко к цели нашего путешествия».

«Колечки разные, цветные и блестящие,

Давай построим башенку, совсем как настоящую»

4.Эстафета «Пирамидка»

Цель: Продолжать развивать быстроту, ловкость, бег.



Ведущий : « Молодцы! Вот и еще один лепесток мы с вами нашли. Мы приближаемся к нашей цели. Волшебству цветка не удивляемся, смело к выполнению заданий подключаемся».

«Рыцари когда-то не снимали латы.

Рак без лат - никак! Значит рыцарь- рак!

Он и храбрый, и могучий, пятится назад на всякий случай»

5.Эстафета « Рак пятится назад»

Цель: Ходьба на четвереньках задом - наперед в одну сторону с обхождением ориентира и возвращение бегом назад.



Ведущий: «Вот и еще лепесток нашелся.

« Палка в виде запятой

Гонит шайбу пред собой» ( Клюшка)

6.Эстафета «Кто быстрее нарисует»



Цель: продолжать учить быстроте и ловкости. По два игрока из команд рисуют отгадку.

После эстафеты находят еще лепесток и собирается цветок- цветок «Здоровья»



Ведущий. « Молодцы, ребята! Вот мы и помогли цветочку снова обрести свои лепестки и стать волшебным. И он снова будет дарить здоровье и силу всем, кто любит спорт.

Что же нужно, ребята, делать , чтобы быть здоровым, ловким, сильным?»

Дети читают стихи о спорте:

Ксюша Н.: « Кто со спортом дружит смело,

Кто с утра прогонит лень.

Будет сильным и умелым

И веселым каждый день!»

Виталик Т.: « Чтоб расти и закаляться

Не по дням , а по часам.

Физкультурой заниматься,

Заниматься нужно нам!». Лиза Д. : «Зарядка всем полезна,

Зарядка всем нужна.

От лени и болезней

Спасает всех она!»

Вероника П.: « Физкультурой заниматься

Начинаем мы с утра.

Чтобы реже обращаться

За советом к докторам».

Ева М.: « Будем спортом заниматься,

Только надо постараться.

Будем сильными расти,

Станем звездами страны!»

Веущий:

«А теперь самый приятный момент для всех:

Награждение, радость и смех!

Подарки сегодня дарить мы вам рады,

И поэтому ВСЕ получат награды!»

Ребята, сегодня победила и сплотила всех ДРУЖБА!»

Награждение: вручение золотых медалей.



Ведущий: «Ребята, а что звучит, когда наши российские спортсмены получают награды на олимпийских играх?»

Дети: «Гимн России!».

Ведущий: «Правильно, ребята! И сейчас звучит Гимн России!»

Дети исполняют Гимн России. Фотографируются всей группой с врученными наградами.



Ведущий: «Досуг наш закончился. Теперь пора прощаться и в группу возвращаться»

Под торжественный марш дети уходят.