Физкультурный досуг в старшей группе «В стране веселых мячей»

Воспитатель первой квалификационной категории

Пилигримова Е.А.

г. Горняк 2015г.

**Физкультурный досуг:**

**«В стране весёлых мячей».**

Цель:

- укрепления здоровья детей, улучшения физического развития, формирования здорового образа жизни у дошкольников;

-привлечь детей к активному участию в спортивных соревнованиях.

-совершенствовать двигательные умения и навыки, достижение физической красоты, силы, ловкости, выносливости.

-способствовать развитию положительных эмоций, чувства взаимопомощи, дружбы, сопереживания.

Звучит аудиозапись весёлой музыки. Дети входят в зал, украшенный воздушными шарами и мячами.

Ведущий: - Сегодня вы совершите путешествие в удивительную страну. Будете играть и соревноватся. С вами рядом будут ваши старые знакомые, а кто они- отгадайте.

Любого ударишь-

Он злится и плачет.

А этого стукнешь-

От радости скачет. ( мяч. )

Я красивый и большой,

Я прозрачный и цветной.

Чтоб со мною играть, меня надувают,

А иногда полетать отпускают. ( воздушный шар )

Звучит аудиозапись весёлой музыки. В зал входит Шар ( взрослый в костюме ) с большим мячом в руках.

Шар: - здравствуйте, дети. Я рад вас приветствовать в Стране весёлых мячей. Все жители этой страны любят прыгать, скакать, ката ться и кувуркаться. Раз уж вы к нам пожаловали, предлагаю вам поиграть и посоревноваться. Разделитесь на две команды и поприветствуйте своих соперников.

Дети делятся на команды.

КОМАНДА « МЯЧИ «

Мой весёлый, звонкий мяч, ( хлопают в ладоши )

Ты куда помчался вскачь. (прыгают на месте )

Красный, синий, голубой, ( поочерёдно поднимают ноги )

Не угнаться за тобой. ( бегут на месте )

КОМАНДА « ШАРЫ «

Мы- шарики воздушные, ( поочерёдно поднимают вверх руки )

Очень, очень шустрые.( прыгают на месте )

Отпустили- мы летим. ( поднимают руки вверх, встают на носочки )

А поймали- мы сидим. (приседают )

Раз, два, три, четыре, пять, ( маршируют на месте )

Будем с вами мы играть. ( прыгают: ноги в стороны- вместе )

Ведущий: Перед соревнованиями сделаем разминку.

Звучит аудиозапись ритмичной музыки.Дети выполняют комплексы упражнений ритмичной гимнастики с мячами и шарами.

Шар:- Раз, два, три, четыре, пять, начинаем мы играть. Оценивать результаты игр и соревнований будут весёлые мячи. За каждую победу команда получит один мяч.

ЭСТАФЕТА «ЛОВКИЙ МЯЧ »

Команды встают в колонны.Первый участник передаёт мяч над головой второму и т.д. Последний игрок передаёт мяч в обратном направлении.

ЭСТАФЕТА « ПРОНЕСИ МЯЧ »

Участники команд разбиваются на пары.Каждая пара, зажав мяч между головами, должна обежать конусы и вернуться к месту старта. Выигрывает команда, участники которой прошли дистанцию, не уронив мяч.

«ЭСТАФЕТА « КОЧКИ »

Каждый участник, переступая по кочкам ( плоским кругам ),должен добраться до обруча с мячами, взять мяч, вернуться к месту старта и опусть его в корзину. Выигрывает команда, участники которой первыми закончили эстафету.

ЭСТАФЕТА « ЗАБРОСЬ МЯЧ»

Каждый участник проходит дистанцию: взяв мяч, перепрыгивает из обруча в обруч, идёт по гимнастической скамейки, боком подлезает под дугу. Затем , забросив мяч в корзину, возвращается к месту старта. Выигрывает команда, первой зокончавшая эстафету.

ЭСТАФЕТА « ПЕРЕДАЙ МЯЧ »

Команды выстраиваются в колонны. Перед каждой командой встаёт взрослый, бросает мяч ребёнку, стоящему первым. Ребёнок , поймав мяч, бросает его обратно и встаёт в конец колонны.Выигрывает команда, участники которой быстрее закончили эстафету и не уронили мяч.

КОНКУРС КАПИТАНОВ « ОТБИВАНИЕ МЯЧА »

Капитаны поочерёдно отбивают мяч от пола одной рукой. Выигрывает тот, кто отбил мяч большее количество, раз и чей мяч не укатился.

ЭСТАФЕТА « ПОПАДИ В ОБРУЧ »

Команды выстраиваются в колонны. Взрослый держит обруч около каждой команды. Ребенок подбегает к отмеченной линии и бросает мяч в обруч. Выигрывает та команда, которая больше забросит мячей в обруч.

ЭСТАФЕТА « КТО БЫСТРЕЕ ВСТАНЕТ В КРУГ »

Участники встают вокруг обручей, в которых лежат мячи ( в каждом обруче мячи одного цвета ). Звучит весёлая аудиозапись. Дети берут по одному мячу и произвольно ходят по залу. По окончании музыки кладут мячи на пол. Звучит аудиозапись весёлой музыки, все бегают между мячами. По окончании музыки каждый участник должен взять мяч своего цвета и встать рядом с обручем, в котором лежит мяч такого же цвета. Выигрывает команда, члены которой быстрее собрались вокруг своего обруча.

ШАР:- Как же ловко вы играли:

Ловко метали и в цель попадали.

Рад я, что вы с физкультурой дружны.

Спортивные навыки в шлоле нужны.

Шар подсчитывает мячи, полученные командами, называет победителя и вручает всем участникам воздушные шары. Звучит аудиозапись весёлой музыки.Дети танцуют с шарами, затем прощаются с Шаром и выходят из зала.