

Спортивный досуг
в старшей группе детского сада
"Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья"



Воспитатели: Грицкан Е.А.

Куликова Н.А.

Мытищи 2020г

Цель: - создать у детей приподнятое настроение от участия в играх и эстафетах;

Задачи: -укреплять здоровье детей;

- развивать выдержку и внимание;
- совершенствовать умение взаимодействовать в команде;
- воспитывать доброжелательные взаимоотношения.

Оборудование: обручи, султанчики, кубики, разноцветные шарики, ведра с водой, тазики с рыбками, кружки, аудио-записи.

- Мы знаем трех друзей, которые есть у каждого человека. С ними очень полезно дружить, и сегодня мы вас с ними познакомим. Послушайте загадку о первом друге:

Кто-то утром не спеша,
Надувает красный шар,
А как выпустит из рук -
Станет вдруг светло вокруг!
(Солнце)

- Конечно это солнце! Встаньте, пожалуйста, все в круг.

К солнышку потянулись!
Лучик взяли, к сердцу прижали!
Другу отдали! Улыбнулись!

-Солнце утром рано встало, всех детишек приласкало:

- Гладит грудку - *(поглаживание груди ладошками вверх-вниз);*
- Гладит шейку - *(поглаживание тыльной стороны шеи);*
- Гладит носик - *(поглаживание указательными пальчиками крыльев носа);*
- Гладит лоб - *(поглаживание лба от середины к вискам);*

- Гладит ушки - (*разминаем ушные раковины*);
- Гладит ручки - (*поглаживание поочередное рук от кисти к локтям*)
- Загорают дети!

- Ребята, помните, что загорать надо в утреннее и вечернее время, когда лучи солнца не вредны для здоровья. И всегда прикрывайте голову головным убором, чтобы не получить солнечный удар!



- Ой, ребята, солнышко то наше лучики потеряло (на противоположном краю площадки на траве лежат желтые обручи, выполняющие роль солнца), давайте поможем вернуть ему их. Разделитесь на две команды, возьмите в руки султанчики, они будут у вас лучиками солнца, и передавая друг другу эстафету, вы вернете солнцу лучи!



- Молодцы! Солнце обрадовалось, что к нему вернулись лучи и решило поиграть с вами в шарики. "Меткий стрелок" (у каждого в руках по два шарика, надо попасть с определенного расстояния в обруч). Чья команда быстрее и точнее заполнит обруч шариками, те и победили!



-Послушайте загадку о втором друге человека:

Через нос проходит в грудь,

И обратный держит путь,

Он невидимый, и все же

Без него мы жить не можем!

(Воздух)

-Воздух очень важен для человека. Гуляйте больше на свежем воздухе. Учитесь правильно дышать, чтобы легкие тренировать!

Игра "Воздушный змей"

Вот летит воздушный змей,

Плавно кубы огибая,

Вправо, влево, вверх и вниз,

Эй, дружок, поторопись!

(Команды встают в колонну, кладут руки на плечи впереди стоящему. Змей двигается огибая препятствия).



- Здорово, молодцы! Слушайте загадку о третьем друге человека:

Зимой падает,

Весной журчит,

Летом шумит,

Осенью капает!

(Вода)

- Верно, это вода! К воде надо относиться бережно, так как ее ресурсы не бесконечны! Надо закрывать кран после того как умылся и помыл руки! Нельзя загрязнять водоемы, бросая в них мусор!

Игра "Спасаем рыбок"

-Дети, так случилось, что солнышко очень горячее было, и вода из нашего водоема испарилась. А там остались рыбки, они без воды погибнут.

Давайте спасем их! (на старте стоит ведро с водой и кружка на каждую команду. На финише в тазике рыбки. Надо зачерпнуть кружкой воду и добежав до тазика с рыбками, вылить ее туда. Вернуться, передав кружку следующему участнику игры)



-Здорово! Вы спасли всех рыбок, посмотрите какие они довольные плавают в воде!



- Ребята, наш досуг закончился. Вы сегодня большие молодцы! Будьте здоровы! Давайте все вместе вспомним наших друзей:

Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья!

Звучит музыка, дети танцуют.

