

ЛЕТНИЙ СПОРТИВНЫЙ ПРАЗДНИК



"Спортивное путешествие"

Цель: Повышение интереса к занятиям физической культурой.

Задачи:

- Развитие двигательных качеств: силы, выносливости, быстроты, координационных способностей;
- Повышение двигательной активности;
- Воспитание правильного дыхания;
- Улучшение психического состояния.

Спортивный праздник построен на «методе блоков».

В начале спортивного праздника каждой команде выдается «Маршрутный лист».

"Спортивное путешествие"

Участники праздника:

- Воспитанники детского сада – 4 возрастные группы.
- Воспитатель с группой детей – 4 человека;
- Взрослые «начальники станций» - 4 человека.



станция "Самый меткий"

Оборудование:

- мячи диаметром 20 см – 15шт;
- кегли – 10 шт;
- Вертикальная мишень – 1 шт.

Порядок проведения эстафеты:

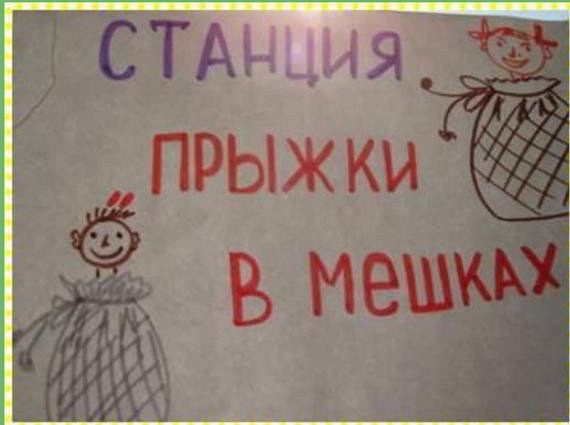
1 этап- «Боулинг»

2 этап – «Попади в кольцо»

(примечание – диаметр кольца и расстояние до цели зависит от возраста детей).

3 этап – оценка качества («начальник станции» отмечает в маршрутном листе прохождение станции и баллы).





Станция "Прыжки в мешках"

Оборудование:

- два больших тканевых мешка;
- ориентиры для старта и финиша (длина дистанции регулируется в зависимости от возраста детей).

Порядок проведения эстафеты:

- 1- влезть в мешок ногами;
- 2 – по команде начать движение до ориентира и обратно;
- 3 – выйти из мешка, передать мешок следующему игроку;
- 4 - оценка качества («начальник станции» отмечает в маршрутном листе прохождение станции и баллы).

Эстафета выполняется парами, по необходимости взрослые помогают детям справиться с оборудованием.



СТАНЦИЯ "САМЫЙ ЛОВКИЙ"

Оборудование:

- Таз с водой – 2 штуки;
- Шарики пластмассовые диаметром 8 см (из сухого бассейна);
- Поварешка – 2 штуки;
- Корзина – 2 штуки.

Порядок проведения эстафеты:

- 1- шарики сложить в тазы с водой на старте;
 - 2 – по команде ребенок поварешкой вылавливает шар из воды и несет его до корзины (до финиша).
 - 3 – возвращается к старту с пустой поварешкой и передает эстафету следующему игроку.
 - 4 - оценка качества («начальник станции» отмечает в маршрутном листе прохождение станции и баллы).
- Эстафета выполняется парами.



станция "Мыльные пузыри"



Оборудование:

- Таз с мыльной водой – 2 штуки;
- Соломинки для коктейля – по кол-ву детей.

Порядок выполнения:

- 1 – каждому участнику выдается по соломинке;
- 2 – дети поделившись на две подгруппы надувают «шапку» из мыльной пены (соблюдать технику безопасности – не вдыхать мыльный раствор, детям младшего возраста предоставляются индивидуальные «мыльные пузыри»);
- 3 - оценка качества («начальник станции» отмечает в маршрутном листе прохождение станции и баллы).



"Спортивное шествие"



- Подведение итогов спортивного праздника;
- Вручение призов;
- Шоу «Мыльных пузырей».

