

Спортивная прогулка

"Карнавал Здоровья"

(Старшая группа)

(РМО)

Дата проведения:

20.05.2015



Цель:

Укреплять здоровье детей

Задачи:

- 1) Способствовать повышению уровня физической подготовленности детей дошкольного возраста;
- 2) Оптимизировать двигательную активность детей;
- 3) Формировать желание вести здоровый образ жизни.
- 4) Развивать физические качества: ловкость, быстроту, силу;
- 5) Воспитывать волевые и дружеские качества в играх-эстафетах, чувствоварищества, взаимопомощи.

Ход прогулки:

1. Организационный момент

Инструктор по ФК: Здравствуйте, ребята! Сегодня мы с вами собрались на нашем участке, чтобы провести "Карнавал здоровья». А провести нам его помогут наши друзья. Только они где-то спрятались. Поэтому сейчас, я вам предлагаю найти на нашем участке гостей "Карнавала Здоровья" (Дети осматриваются вокруг себя, замечают корзины, в которых лежит спортивный инвентарь, карта).

- Что вы заметили необычного на нашем участке?

- Что интересного там может находиться?

(Дети находят корзины, карту с письмом.).

Инструктор по ФК: А еще к нам пришло письмо и в нем какая то карта. Давайте мы прочтем, что в нем.

Дорогие ребята!

Пишет вам Королева Здоровья. Мне срочно нужна ваша помощь. У меня пропали медали. Помогите мне их найти. Я вам в помощь выслала карту, двигаясь по ней и выполняя задания, вы сможете собрать медали и найти клад. Найти клад сможет та команда, у которой больше будет медалей за преодоление препятствий! Очень надеюсь на вашу помощь! Заранее спасибо!

Инструктор по ФК: Ребята, ну что поможем найти медали Королеве Здоровья? Ребята, в конце наших преград мы найдем клад, но искать будет команда победитель. Так что вы должны делать? (старайтесь всей командой собрать больше медалей). А помогать нам в нашем не простом задании будут наши друзья, которые находятся в корзинах. Ребята, а чтобы нам начать искать клад и получать медали, я предлагаю сначала немного размяться. Сейчас вы можете взять любой спортивный инвентарь и показать, как вы с ним любите играть.

По ходу самостоятельной деятельности проводится индивидуальная работа. (Отбивание мяча от земли, подбрасывание и ловля мяча, перебрасывание



мячей в парах, прыжки с зажатым мячом в коленях, прыжки через скакалку, прыжки из обруча в обруч и т.д.)

Инструктор по ФК: Ребята, давайте посмотрим на нашу карту, и найдем на ней место, где мы с вами находимся. (*Дети ищут*). Правильно, а теперь давайте посмотрим, куда мы с вами дальше будем двигаться. (Дети на карте находят цифру 1, и стрелочки куда двигаться. Дети находят цифру 1).

Инструктор по ФК: Молодцы, мы нашли цифру 1. Нам предстоит пронести олимпийский огонь. (Игрок бежит к ориентиру с факелом в руках до ориентира и обратно.) Команда победитель получает медаль.

Инструктор по ФК: Молодцы, давайте мы с вами опять обратимся к нашей карте и посмотрим куда дальше нам нужно идти. (Дети находят цифру 2 и стрелочки, пробегаем, находят цифру 2). Ребята, сейчас мы посмотрим, чья команда у нас самая сильная. Участник команды с 2 пустыми ведрами добегают до ориентира - тазика, в котором лежат мешочки, и складывают в каждое ведро по мешочку с песком, возвращается бегом, выкладывает мешочки в тазик, и передает пустое ведро следующему игроку. Получает медаль та команда, которая быстрее справится с заданием.

Инструктор по ФК: Молодцы, ребята! Теперь обратимся к нашей карте и посмотрим, куда дальше нам нужно идти. (Дети находят цифру 3). А сейчас мы посмотрим, чья команда у нас самая здоровая. У старта стоит корзина с кеглями. Капитан команды "Айболит" бежит до ориентира, огибает его, подбегает к команде он ставит всем по одному градуснику — «кеглю» под мышку, потом опять бежит, огибает ориентир, потом бежит к команде, собирает градусники в корзину.

Инструктор по ФК: Молодцы, давайте мы с вами опять обратимся к нашей карте и посмотрим куда дальше нам нужно идти. (Дети находят цифру 4). Ребята, сейчас мы посмотрим, чья команда у нас самая ловкая. Вдоль линии эстафеты на земле лежат 2 обруча. Стартуя, первый должен добежать до первого обруча, поднять его и продеть через себя. Затем со следующими обручами также. И так, на обратном пути. Команда победитель получает медаль.

Инструктор по ФК: Молодцы, ребята. А теперь давайте посмотрим на карту, куда нам двигаться дальше (Дети находят цифру 5. Если не заметят значок обозначенного клада, задается наводящий вопрос.) Ребята, а вы больше ничего необычного не видите на нашей карте? Правильно, клад и сейчас команда, больше собравшая медалей его попытается найти. А для начала мы с вами посчитаем, кто больше собрал медалей. (Подсчитывают медали, команда победитель бежит к цифре пять и находит сундук)

Инструктор по ФК: Молодцы, ребята, посмотрите мы с вами нашли сундук. А скажите, пожалуйста, почему мы с вами его нашли? (*Ответ детей: что справились с заданиями*). Молодцы, ребята, а давайте же посмотрим, что в нем находится. (*Дети открывают сундук и находят шоколадные медали*). Ребята, посмотрите, за то, что вы собрали медали для Королевы Здоровья, она вас наградила настоящими медалями! Ребята, давайте все свои медали,

мы их положим в конверт и отправим по почте Королеве Здоровья! Она будет
очень рада, что вы ей помогли!

Дети возвращаются в группу.

