

Спортивный экологический досуг «Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья!»



Подготовила воспитатель:

Алексеева О.А

Цель: Создать у детей доброе, позитивное настроение от участия в играх и забавах. Способствовать созданию благоприятной, дружеской и доброжелательной атмосферы в процессе общения.

Задачи:

- Совершенствовать двигательные умения и навыки.
- развивать физические качества: силу, ловкость, быстроту, координацию движений.
- Воспитывать доброжелательные отношения и внимание друг к другу.

Оборудование:

- 2 таза с водой
- 10 обручей
- медальки
- Деревянные палочки 14 шт.
- конусы

1 Ведущий Здравствуйте, ребята дорогие!

Всех приглашаю на праздник шумный,

На праздник шумный, на праздник летний.

На празднике нашем для всех закон:

Грустным ребятам вход запрещен.

Наш праздник называется «Солнце воздух и вода – наши лучшие друзья». Но что б начать наш праздник, давай те позовем нашего гостя. Загадка про Айболита.

Айболит: Здравствуйте, дети и взрослые!

Я – тот самый Айболит,

Что всех излечит, исцелит.

Но к вам приехал не за тем,

Чтоб ставить градусники всем.

Я надеюсь, вы здоровы?

Дети: Здоровы!

Айболит: Зубы чистите всегда?

Дети: Да!

Айболит: А мочалка и вода с вами тоже дружат?

Дети: Да!

Айболит: Знать хочу еще ответ: а неряхи есть здесь?

Дети: Нет!

Айболит: У вас ангина?

Дети: Нет

Айболит: Скарлатина?

Дети: Нет.

Айболит: Холерина?

Дети: Нет

Айболит: Аппендицит?

Дети: Нет

Айболит: Малярия и бронхит?

Дети: Нет, нет, нет!

Айболит: Ох, какие вы здоровые дети! Вы только посмотрите!

(Подходит и осматривает детей)

Айболит: Все веселые, нет болезней никаких. В чем же ваш секрет!

1 Ведущий: Я открою всем секрет –

В мире нет рецепта лучше:

Будь со спортом не разлучен –

Проживешь тогда сто лет!

Вот, ребята, весь секрет.

2 Ведущий: Приглашаем тебя, доктор Айболит, на наши соревнования.

Посмотри, какие у нас смелые, сильные и ловкие ребята.

Айболит: Попрошу ребят всех встать

И команды выполнять:

Все дышите, не дышите.

Вместе руки поднимите.
Превосходно! Отпустите!
Наклонитесь, разогнитесь
Встаньте прямо, улыбнитесь.
Все дети и зрители выполняют

Зарядка под песню «Солнышко лучистое»

Айболит: Ребята, давайте разделимся на команды и поучаствуем в соревнованиях.

2 Вед: Ребята, я загадаю вам загадку, а вы отгадайте ее и скажите, о чем она.
Большой подсолнух в небе,
Цветет он много лет,
Цветет зимой и летом,
А семечек все нет.

Дети. Это солнце.

2 Ведущий. Правильно, эта загадка о солнышке.
А какое лето без солнышка?

1.Эстафета «Веселое солнышко»

Каждая команда получает по обручу и деревянные (пластмассовые) палочки. Количество палочек должно соответствовать количеству участников каждой команды. Сначала кладут обруч, затем к нему присоединяют палочки-лучики. Таким образом под веселую музыку обе группы дошкольников выкладывают на земле солнышко.

Айболит: Отгадайте следующую загадку:

Зимой падает,
Весной журчит,
Летом шумит,
Осенью капает? (вода)

3.Эстафета «Шлепни по водичке»

Напротив каждой команды на расстоянии 5 м стоит таз с водой. Перед ним выстроены в ряд 6 кеглей. По сигналу первые игроки, выполняя бег «змейкой», добегают до таза, шлепают рукой по поверхности воды и возвращаются к своей команде. Далее в эстафету включаются следующие участники. Выигрывает команда, игроки которой первыми закончат задание.

1 Ведущий: Предлагаем нашим спортсменам присесть и отдохнуть,
отгадать загадки:

1. А с утра мы на площадке
Дружно делаем (зарядку)
2. Бьют его ногой и палкой,
Никому его ни жалко.
А за что беднягу бьют?
А за то, что он надут... (мяч)
3. Этот конь не ест овса
Вместо ног – два колеса.
Сядь верхом и мчись на нем,

Ведущий: Ребята, а с какими спортивными снарядами можно еще играть летом? (мячи, скакалки, обручи) .

Здорово! Для следующего задания нам будут нужны обручи.

4. «Прыжки из обруча в обруч»

У стартовой линии выстраиваются две команды по 3 человека. Напротив них на расстоянии 5 м стоят ориентиры. На пути каждой команды укладывают на землю по 4 обруча. По сигналу первые участники команд выполняют прыжки на двух ногах из обруча в обруч, оббегают ориентир и возвращаются обратно.

Айболит: Отгадайте загадку.

Через нос проходит в грудь,
И обратный держит путь,
Он невидимый, и все же
Без него мы жить не можем.(Воздух)

Айболит: Чтобы не болеть, надо научиться правильно дышать.

1. Лягушонок. Расположите ноги вместе. Представьте, как лягушонок быстро и резко прыгает, и повторите его прыжки: слегка приседая, вдохнув, прыгните вперед. Приземлившись, "квакните". Повторите три-четыре раза.

2. В лесу. Представьте, что вы заблудились в густом лесу. Сделав вдох, на выдохе произнесите "ау". Меняйте интонацию и громкость и поворачивайтесь то влево, то вправо. Повторите с ребенком пять-шесть раз.

7. Веселая пчелка. На выдохе произнесите "з-з-з". Представьте, что пчелка села на нос (*звук и взгляд направить к носу*), на руку, на ногу. Таким образом, ребенок учится направлять внимание на определенный участок тела.

1 Ведущий:-У меня возник вопрос, кто на нашем празднике веселее? Девчонки или мальчишки?

-Сейчас дружно кричат только мальчишки, девчонки.

-Для начало хорошо, но попробуем еще?

Здорово!

Айболит: Здорово, ребята у вас получается! Вижу вы и быстрые и ловкие и дружные! теперь все вместе станцуем танец. «Солнышко лучистое любит скакать»

Ведущий:

Провели мы состязанья
И желаем на прощанье
Всем здоровья укреплять
Дух и тело развивать
Телевизор только в меру
Чаще в руки брать гантели
На диване не валяться
Лучше спортом заниматься.
На память медальки «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»