Физкультурный досуг в старшей группе в форме игры.

Тема «Путешествие на остров «Подвижных игр»

Цель: создание условий для совершенствования двигательных навыков и умений.

Образовательные задачи: закрепить и совершенствовать приобретенные ранее двигательные умения и навыки в ходьбе и беге, в ползании по гимнастической скамье, в координации при ходьбе по наклонной доске, в ловкости в прыжках, использовать разные виды подвижных игр для развития двигательной активности детей, продолжать учить детей соблюдать правила в игре;

Развивающие задачи: развивать физические качества детей: ловкость, быстроту. Продолжать развивать двигательное творчество детей, инициативу, внимание;

Оздоровительные задачи: укреплять здоровье детей, создать бодрое настроение;

Воспитательные задачи: формировать стремление заниматься физкультурой, воспитывать нравственно – волевые качества, дружелюбие и умение общаться со сверстниками в ходе организации подвижных игр.

Материалы и оборудование:

гимнастическая скамья: ширина 20см, длина 3м – 3шт;

наклонная доска: ширина 20см, длина 3м – 3 шт;

массажные мячи по - количеству детей;

канат – 1шт.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Части занятия | Деятельность педагога | Деятельность детей |
| Вводная часть  Мотивация  5 мин. | -Ребята, хотите отправиться в морское путешествие?  Тогда готовьтесь, на пристани нас ждет корабль, на котором мы отправимся в путешествие. Но до корабля не так-то легко добраться. Ну что, в путь,  налево, за ведущим шагом марш! -Мы шагаем по узкой тропе, поэтому руки поставьте на пояс, все идем на носках, следим за осанкой.  Выходим на тропинку, поднимая высоко колени, перешагиваем через камни, не забываем держать спину прямо.  Ребята, давайте поспешим, переходим на бег.  А сейчас выполняем бег с захлестом голени, побежали, только пятки засверкали!  Выполняем бег с высоким подниманием колен как цирковые лошадки.  Молодцы, ребята! Успеваем на корабль, переходим на ходьбу, дышим спокойно. | Дети построены в шеренгу.  Ответы детей.  Дети идут в обход по залу за ведущим.  Дети идут на носках.  Дети выполняют ходьбу с высоким подниманием колен.  Бег за ведущим по кругу.  Дети выполняют бег с отведением пяток назад.  Дети выполняют бег с высоким подниманием колен.  Спокойная ходьба в колонне. |
| Основная часть  22мин. | Вот мы уже на корабле. Наше морское путешествие началось. Перестройтесь из колонны в круг.  Чтобы не скучать, предлагаю поиграть в игру «Шалтай –Балтай» и придумать разные интересные спортивные упражнения и задания для Шалтая.  Ребята, надвигается шторм. Чтобы волной нас не унесло в море, предлагаю передвигаться по палубе, лежа на животе.  А для этого необходимо перестроится в три колонны и выполнить ползание по скамье, лежа на животе, взявшись руками сбоку скамьи.  Молодцы, ребята! Достойно прошли это испытание. Но во время шторма наш корабль потерял управление, и его прибило к необитаемому острову.  Предлагаю всем высадиться на берег и обследовать остров, узнать, что же это за остров. Для этого нужно спуститься по трапу. Спину держим ровно, голову не опускаем, следим за осанкой, руки в стороны. Поднимаемся и спускаемся по наклонной доске.  Я знаю, что это за остров, это остров «Подвижных игр». Все, кто попадет на этот остров, очень увлекательно и интересно проведут время.  Предлагаю погулять по пляжу, посмотрите, на песке лежат морские колючие ежики. Давайте поиграем с ними. Каждый возьмите по ежику и вставайте врассыпную.  «Этот ежик не простой, весь в колючках, вон какой»  Ребята, а вы любите купаться? Но нужно быть осторожными, потому что опасные акулы подстерегают пловцов. Поиграем в игру «Акулы и пловцы».  Хорошо мы отдыхали и на пляже загорали  В море плавали, резвились,  Вдруг Акула появилась!  По моей команде «Пловцы» - отважные пловцы плавают и ныряют на большую глубину, по команде «Акула!» стараются быстро выбраться на берег. Давайте по считалке выберем водящего – «Акулу». Молодцы, ловкие пловцы не попались акуле.  А сейчас я буду рыбаком и попробую поймать много рыб. Игра «Рыбачок».  Вспомним правила этой игры - через канат ловко перепрыгивать, если кто затронул канат, выходит из игры. Постарайтесь не попадаться на крючок!  А сейчас вставайте в круг поиграем в игру «Море волнуется раз…». Не забывайте, что придумываем разные фигуры. | Дети из колонны перестраиваются в круг.  Дети сами придумывают и показывают упражнения.  Дети идут по кругу, перестраиваются в три колонны.  В каждой колонне дети выполняют ползание по гимнастической скамье, хват руками сбоку скамьи, ноги и туловище прижаты к скамье  Дети стоят колоннами.  Дети поднимаются и спускаются по наклонной доске.  Дети поднимают массажные мячи, встают врассыпную.  Катают мяч между ладоней, от ладони к плечу, по ноге сверху вниз, от плеча к ладони, сжимают мяч двумя руками.  Дети считалкой выбирают водящего.  Ребенок – акула отходит в сторону. По команде «Пловцы» - дети имитируют движения пловцов (плавают, ныряют). По команде: «Акула» - убегают за обозначенную линию.  Дети встают в круг. Перепрыгивают через канат, который раскручивает взрослый.  Дети сами придумывают задания для фигур (морская, спортивная, веселая и др.) |
| Заключительная часть  5 мин. | Заканчивается наше морское путешествие. Пора возвращаться с острова подвижных игр в спортивный зал. Вставайте в колонну, в обход по залу шагом марш!  Ребята у меня для вас есть еще одна интересная игра на внимание. На счет 1-2 идем, на счет 3-4 стоим, выполняем хлопки над головой, 1-2 идем, 3-4 хлопки внизу.  Молодцы, все внимательные. Ребята, вам понравилось наше путешествие? Кому вы о нем хотите рассказать?  А если вы отобразите свои впечатления от нашего путешествия в рисунках, то можно оформить из этих рисунков выставку «Путешествие на остров «Подвижных игр». | Дети встают колонной за ведущим.  Идут по залу.  Дети слушают счет и выполняют задания игроритмики.  Дети делятся своими впечатлениями. |