

Сценарий физкультурного досуга по физической культуре для детей средней группы «Легкая атлетика»

Составитель:
Федотова Е.В.,
инструктор по физической культуре
ГБДОУ № 46
Кировского района Санкт-Петербурга

Цель: формирование двигательных представлений и закрепление знаний о легкой атлетике.

Задачи: воспитывать у детей интерес к двигательной деятельности. Закрепить знания, умения и навыки, полученные на физкультурных занятиях и в НОД. Развить основные физические качества. Способствовать развитию речи, внимания, памяти, воображения, мышления.

Интеграция образовательных областей: физическая культура (социально-коммуникативная; познавательное развитие; художественно-эстетическое развитие; речевое развитие).

Предварительная работа: беседа воспитателей с детьми; дидактическая игра; просмотр презентации; кукольный театр; раскраска.

Инвентарь и оборудование: магнитофон; диск «Песенки будущих чемпионов» №3 – «Спортивная ходьба»; муз.композиция из Интернета «Пробежка», «Надо спортом заниматься».

Цветные канаты l=4м 6 шт.; барьеры h=10 см 2 шт.; мягкие игрушки мал. - 6 шт.; детали мягкого конструктора «Альма»; картинки: дисциплины легкой атлетики (формат А4) – 6 шт.; изображения зверюшек-легкоатлетов (круглые d= 7 см) – по кол-ву детей; карточки с цифрами и точками 1-5 по кол-ву детей.

Ход досуга

Дети в колонне по одному входят в физкультурный зал, строятся в шеренгу лицом к ведущему.

Ведущий: «Здравствуйтесь ребята»

Дети: «Здравствуйте!»

Ведущий: Спорт, ребята, очень нужен!

Дети: Мы со спортом крепко дружим! (хлопки в ладоши)

Мы играем в баскетбол (дети изображают отбивание мяча одной рукой),

Любим мы игру в футбол (дети изображают удары ногой по мячу),

Плавать быстро мы умеем (дети изображают пловцов),

Ведущий: Бег, ходьбу, прыжки, метание,

Не оставим без внимания!

Вид спорта, кажется простой,

Идем спортивной ходьбой.

Звучит песня «Спортивная ходьба»

Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего по команде педагога.

Звучит музыкальная композиция «Пробежка».

«Ну-ка, торопись, не мешкай.

Упражнение пробежка

Побежали без оглядки,

Так, чтобы сверкали пятки!»

Бег в колонне по одному со сменой ведущего по команде педагога.

Перестроение для выполнения музыкально-ритмической композиции

«Надо спортом заниматься».

Подвижная игра: «Найди свой сектор на стадионе»

(4 сектора – толкание ядра; метание копья; прыжки в длину; прыжки в высоту)

На полу разложены карточки с изображением зверюшек-спортсменов (по кол-ву детей). Под музыку дети ходят между карточками. По команде педагога, дети берут по одной карточке, и строятся в соответствующем секторе, лицом к ведущему. (Например, на карточке изображен бегемот, толкающий ядро, следовательно, ребенок идет в сектор для толкания ядра и т.п.)

Ведущий: Ребята, вы правильно заняли свои сектора, а сейчас отгадайте загадку в какой сектор мы все пойдем.

«В песочнице люблю играть,

И строить куличи.

Но я сейчас, прыгун в длину,

В песок лечу – смотри!»

Сектор для прыжков в длину.

Игровое задание: «Измерь длину удава прыжками»

(Длина удава не более 2-х прыжков ребенка. Задание выполняется поточно).

Прыжки на двух ногах в длину с места.

Ведущий: А сейчас следующая загадка.

«Далеко летит копье.

Я метатель ловкий.

Тренируюсь каждый день,

Силе и сноровке».

Сектор для метания копья.

Игровое задание: «Раз, два, три – копье лети!»

(Задание выполняется фронтально)

Игроки располагаются за линией. Принимают и.п. как при метании мешочков с песком на дальность. На расстоянии 1,5 –2м от игроков натянута веревка на высоте поднятой вверх руки ребенка. По команде педагога: «Раз, два, три – копье лети!», игроки метают «копье» вдаль через веревочку.

Игровое задание: «Найди свою дорожку и преодолей барьер»

На полу зала выложены из канатов две дорожки l=5-6м. На середине каждой из дорожек установлен барьер h=10см. У первой дорожке лежит карточка с точкой и цифрой 1, у второй – карточка с двумя точками и цифрой 2.

Игрокам раздаются карточки с изображением точек и цифр 1 или 2.

По сигналу «Смотри, не зевай, дорожку правильно выбирай!» игроки должны встать колоннами на нужную дорожку в соответствии с цифрой на своей карточке и номером дорожки. Затем игроки соревнуются парами, кто быстрее добежит до финишной черты, преодолев барьер.

Игровое задание: «Виды спорта вспоминаю, в легкую атлетику играю»

Игроки располагаются двумя шеренгами друг напротив друга на разных сторонах зала. Педагог показывает игрокам одной шеренги картинку с изображением одной дисциплины из легкой атлетики. Дети этой шеренги идут к другой со словами: «Виды спорта вспоминаю, в легкую атлетику играю» и изображают данную дисциплину легкой атлетики. Игроки второй шеренги угадывают дисциплину (бег, ходьба, прыжки, метание) по показу.

Награждение медалями и выход из зала под музыкальную композицию «Спортивный марш».