

Методическая аннотация

Физкультурного – патриотического досуга

«Ловкие защитники»

Цель проведения досуга: формирование у дошкольников основ здорового образа жизни, творческой самостоятельности путем освоения двигательной деятельности, содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры, а также формирование общей культуры, духовно-нравственного, социального, личностного развития. Воспитывать патриотические чувства любви к своей Родине через двигательную деятельность.



Задачи:

1. Создать положительный эмоциональный настрой у детей бодрое, радостное настроение.
2. Приобщать детей к занятиям физкультурой и спортом, к здоровому образу жизни.
3. Воспитывать чувство сплоченности, коллективизма.
4. Развивать физических качества: силу, быстроту, выносливость, координацию движений, ловкость.
5. Воспитывать патриотические чувства любви к своей Родине

Место проведения: спортивный зал детского сада.

Оборудование: конусы, перекладины, мешочки с малым грузом.

Ф/П Досуг

«Ловкие защитники»

Дети строятся на ленточке, для расчета.

Воспитатель приветствует детей, дети маршируют по залу.

Ведущий: рассказывает детям какие испытания стоят перед ними.



Первое испытание: «Снайпер»: дети должны попасть в мишень, метание мешочков с грузом. При метании в цель ребенок сосредоточивает свое внимание на попадании в указанный предмет. Выполнение этого движения требует концентрации внимания, сосредоточенности, целенаправленности, волевого усилия.



Второе испытание: пробежать между конусами змейкой вернуться в команду. Бег любого вида это циклическое, локомоторное движение, имеющее строгую повторяемость цикла двигательных действий.

Бег оказывает значительное физиологическое воздействие на организм ребенка, активизируя его органы и системы, повышая обменные процессы, способствует общему физическому развитию, совершенствует деятельность центральной нервной системы. Бег с препятствием воспитывают ловкость, быструю реакцию на изменение обстановки. Бег

способствует развитию скоростно-силовых качеств, воспитывает выносливость, формирует нравственно-волевые качества.

Третье испытание: проползти под перекладиной, далее перешагнуть через перекладину, оббежать конус и вернуться в команду.

Лазание и перелазание через перекладину является сложным условным рефлексом, вырабатываемым в процессе многократных повторений. Оно вовлекает в работу значительную массу мышц и повышает функциональную деятельность всего организма ребенка, а также содействует развитию координации, силы, ловкости.



По окончании всех испытаний детям вручают медали.

Кликните на камеру для просмотра досуга

