

«Спортивные соревнования: Мы со спортом дружим»

Цель: укрепить физическое и психическое здоровье детей.

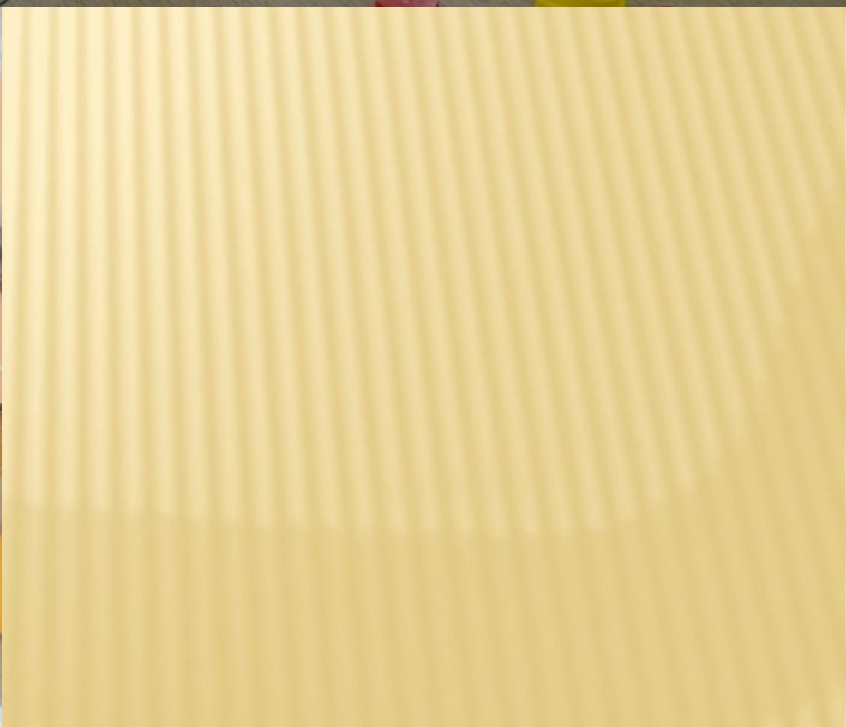
Задачи:

- обогащать представление детей о том, как поддерживать и укреплять свое здоровье;
- накопление двигательного опыта детьми;
- закреплять двигательные умения в физических упражнениях и подвижных играх;
- внедрение здоровьесберегающих технологий;
- воспитание физических качеств: выносливость, ловкость, координацию движений.

1 Эстафета.

Задания:

- пробежать по кочкам;
- прокатить бревно, лежа на животе;
- бросить метбол.



2 Эстафета «Защита укрепления».

Дети становятся в круг, в центре него



3 Эстафета «Меткий удар».

На землю кладут мяч на расстоянии 10 шагов,

с завязанными глазами нужно подойти

к мя





4 Эстафета «Мяч через голову».

Игроки двух команд одновременно, стоя спиной к финишу кидают мяч назад через голову. Побеждает, тот, кто,





5 Эстафета «Серсо».

Перед участниками стоят конусы, игроки должны наб



Награждение медалями!



