



ПРЕЗЕНТАЦИЯ

на тему:

“ИГРЫ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОГО ХАРАКТЕРА”

Выполнила студентка

25 группы

Арсеньева Ирина

В настоящее время внимание многих педагогов во всём мире привлечено к проблеме развития маленького ребёнка. Этот интерес далеко не случаен, так как известно, что именно дошкольный период жизни является периодом наиболее интенсивного развития, когда закладывается фундамент физического, психического и нравственного здоровья. От того, в каких условиях он будет протекать, во многом зависит будущее ребёнка.

Ученые, специалисты-практики все более склоняются к выводу, что система физического воспитания дошкольников должна оказывать целостное, гуманистическое воздействие на личность, обеспечивать реализацию права каждого ребенка на постоянное и наиболее полное физическое развитие.

Изменилась действительность, окружающая детей. На смену увлекательным коллективным играм пришли компьютерные. Приоритетным становится интеллектуальное, эстетическое развитие ребенка. Не отрицая их значимости, надо признать, что ребенку все меньше времени остается для подвижных игр, прогулок, общения со сверстниками. Нарушение баланса между игрой и другими видами детской деятельности, между разными видами игр (подвижными и спокойными, индивидуальными и совместными) негативно сказывается как на состоянии здоровья, так и на уровне развития двигательных способностей дошкольников. Анализ исследований, касающихся вопросов развития двигательных способностей и качеств детей свидетельствует, что около 40% старших дошкольников имеют уровень развития двигательных способностей ниже среднего.

Очень часто двигательный режим в дошкольных учреждениях позволяет восполнить лишь 55-60 % естественной потребности детей в движениях. Недостаточная физическая активность детей, особенно в период активного роста, когда ускоренное развитие скелета и мышечной массы не подкрепляется соответствующей тренировкой систем кровообращения и дыхания, является одной из причин ухудшения здоровья детей, снижения жизненного тонуса.

В Концепции дошкольного воспитания (научный редактор В.В. Давыдов) отмечается, что простудная заболеваемость детей "приобретает характер стихийного бедствия", с которым практически не справляются ни педиатры, ни родители, ни воспитатели ДООУ. По данным НИИ гигиены и профилактики заболеваний детей, за последнее десятилетие состояние здоровья дошкольников ухудшилось: снизилось количество абсолютно здоровых детей (с 23,2 до 15,1%), увеличилось число детей, имеющих отклонения в состоянии здоровья (с 66,9 до 67,6 %) и с хроническими заболеваниями (с 15,9 до 17,3%). Известно также, что в школе тенденция к ухудшению здоровья детей с возрастом усиливается, дети приобретают ряд физических недостатков и вредных привычек.

Отсюда вытекает, что в стенах ДОУ надо создавать "переходный мостик" психической и физической готовности к школе, чтобы первоклассник мог выдержать напряжение, вызванное режимом учебного дня.

В связи с этим актуален поиск путей физического и духовного оздоровления дошкольников, эффективных средств развития двигательной сферы ребенка, развития интереса к движению на основе жизненной потребности быть ловким, сильным, смелым. Решение этой проблемы мы видим в создании совокупности социально-педагогических условий, обеспечивающих целостный воспитательный процесс, гармоничное физическое и личностное развитие ребенка. Наиболее ценными в этом отношении представляются игровые формы организации двигательной деятельности детей на свежем воздухе.

По определению отечественных психологов - игра есть ведущая деятельность в дошкольном возрасте, благодаря которой в психике ребенка происходят значительные изменения. Подвижная игра представляет собой первую доступную для дошкольников форму деятельности, которая предполагает сознательное воспроизведение навыка движений (А.В. Запорожец 1986). Многие исследователи - констатируют тот факт, что подвижная игра является средством гармонического развития ребенка, школой управления собственным поведением, формирования положительных взаимоотношений, благополучного эмоционального состояния.

При выборе игр необходимо учитывать психофизические особенности различных возрастных групп детей.

Так в возрасте 5-6 лет происходит интенсивная морфологическая и функциональная перестройка всех систем организма. Ребенок вырастает за год примерно на 4-6 см, масса увеличивается на 1,5 кг.

У детей 5-6 лет продолжается процесс окостенения скелета. К концу дошкольного возраста скелет ребенка становится более крепким, поэтому он может выполнять различные движения, которые требуют гибкости, упругости, силы. Его тело приобретает заметную устойчивость, чему способствует усиленный рост ног. В этом возрасте дети уже могут совершать длительные прогулки, долго бегать, прыгать без большого утомления, выполнять более сложные трудовые поручения и физкультурные упражнения. Этому способствует развитие крупной и мелкой мускулатуры.

Последние изменения неразрывно связано с развитием мозга ребенка, с совершенствованием его нервной деятельности и обнаруживается в растущей возможности управлять своими движениями. Старший дошкольник способен различать, с одной стороны, воздействия, поступающие из внешнего мира (сигналы, указания, движения), с другой стороны, реакции на них, например, собственные движения и действия.

Шести семилетние дети значительно точнее выбирают движения, которые им надо выполнить. У них обычно отсутствуют лишние движения, которые часто наблюдаются у детей трех-пяти лет. Ребята уже самостоятельно, без специальных указаний со стороны взрослого (воспитателя), производят многие из них, могут выполнять ряд движений и более сложных действий в определенной последовательности, контролируя их и изменяя. Возможность произвольно регулировать свои движения является наиболее существенным показателем физического развития старшего дошкольника.

Все эти изменения обусловлены не только созреванием мозговых структур и механизмов самих по себе, но и тем опытом деятельности, который накапливает ребенок, в том числе и в процессе целенаправленного обучения.

В этом возрасте игра становится более сложной. Качественно меняется ее содержание и формы (она становится подлинно коллективной, приобретает вариативность, дети отдают предпочтение играм с правилами, возникают новые игры). У детей развивается способность самооценки, критическое отношение к своим действиям, они уже могут оценить поступок другого человека с позиции общепринятых норм поведения и выразить какое-то суждение о том, что они услышали или увидели, исходя из своих знаний.

В этом возрасте дети способны на проявление волевых качеств. При этом большую роль играет подражание. Например, если предложить ребенку прыгнуть на какое-то расстояние в обычных условиях, то длина прыжка окажется значительно меньше, чем тогда, когда он выполняет его в состязательно-игровой форме.

В шестилетнем возрасте происходят существенные изменения в развитии двигательных качеств. Дети могут выполнять движения в различном темпе, с разной амплитудой, демонстрируя хорошие скоростно-силовые способности и выносливость. Наиболее эффективно в данном возрасте развивать двигательные качества – быстроту и гибкость. С возрастом у ребенка увеличивается объем двигательных умений. Нужно выбирать игры, богатые новыми движениями, это дает детям возможность творчески участвовать в играх, проявлять инициативу.

Именно в силу пластичности нервной системы хорошо усваивается техника оздоровительных движений, их координации. Ребенок учится действовать экономно, проявляя необходимую в конкретных условиях быстроту, гибкость, силу, выносливость, ловкость. Робкие и малоинициативные дети в процессе соревновательных игр и игр-эстафет часто становятся смелыми и активными.

Дети уже обладают достаточной выдержкой, умением быстро бегать, ловко передавать и другими навыками и качествами, необходимыми в командных играх, они проявляют к таким играм значительный интерес. И, что не мало важно, именно здесь они могут испытывать чувство ответственности за команду и перед ней, научиться объективно, оценивать свои и чужие действия.

При проведении игр-эстафет в физкультурном зале и на открытом воздухе дети получают возможность проявить большую активность, самостоятельность и инициативу в действиях. Многократное повторение элементов игр-эстафет в условиях большого пространства в теплое и холодное время года способствует более прочному закреплению двигательных навыков и развитию физических качеств.

Проведение игр-эстафет на открытом воздухе обеспечивает выполнение одной из важных задач физического воспитания — совершенствование функциональных систем и закаливание организма ребенка

Неотъемлемым компонентом двигательной деятельности детей служит сознательная ориентировка их в пространстве, без которой не может быть целенаправленных, уверенных и точных движений и действий. Важна роль игр-эстафет и соревновательных игр как наилучших условий для выработки у детей прочных навыков ориентировки.

Таким образом, игры-эстафеты следует рассматривать как особый вид при закреплении у детей двигательных умений и навыков и при формировании у них физических качеств.

Для того чтобы данная работа была эффективной необходимо соблюдение некоторых условий:

- а) наличия положительных эмоций у детей;
- б) наличия уверенности в выполнении заданий детьми в играх-эстафетах;
- в) справедливой оценки в выполнении заданий детьми в играх-эстафетах.

Прогнозируя критерии успешности реализации данной работы необходимо учитывать факторы риска, к которым мы отнесли:

- проблемы с эмоциональным благополучием детей в ситуации неуспеха, а они могут возникнуть в играх с элементами соревнования;

- высокие психические нагрузки, связанные с усвоением сложнокоординированных действий в игровых ситуациях;
- высокую травмоопасность отдельных игр с элементами спорта, где есть соприкосновение игроков;
- определение оптимальности физических нагрузок, так как гиперкинезия может повлечь за собой перенапряжение сердечно-сосудистой системы;
- условия сочетания предложенной системы коллективных игр и индивидуальности ребенка.

Поэтому мы разработали некоторые правила для детей и педагогов.

Для детей:

- не мешайте другим и не допускайте никакой грубости; старайтесь управлять своим поведением, ведите себя дисциплинированно, четко, организованно;
- играйте честно, дружно, соблюдая установленные правила;
- помните о законе всех игр: один – за всех и все – за одного; ставьте интересы команды выше своих;
- не горячитесь, проявляйте больше выдумки и смекалки;
- никогда не сердитесь, если в игре вас нечаянно толкнули или наступили на ногу;
- играйте смело, с инициативой, согласуя действия с товарищами.

Для педагогов:

- подготавливая место для игр, нужно проверить все вокруг, чтобы ничто не мешало участникам и не могло нанести им вред;
- начиная игру, предварительно обсудите весь ее ход; заранее спланированная игра помогает оценить силы детей, развивает у них чувство взаимопомощи;
- чтобы играть не надоедало – предлагайте и вносите в игры новые правила, знайте различные варианты игр.

***Подвижные
игры
соревнова-
тельного
характера***

Быстро за мячом

Оборудование: шнур, мячи.

Возраст: 5–7 лет.

Ход игры: игроки строятся в шеренгу перед натянутой сеткой (шнуром) на расстоянии 0,5 м. Бросив через нее мяч, они быстро проходят под сеткой и ловят его после отскока от земли. Затем задание выполняет вторая шеренга игроков. Побеждает та команда, которая выполнила задание с меньшим количеством штрафных очков (за непоймавший мяч).

Быстро возьми, быстро положи

Оборудование: Корзина с флажками, мел.

Ход игры:

Дети бегут друг за другом, добегая до углов площадки. В одном углу площадки стоит корзина с флажками, на противоположной стороне стоит пустая корзина. Каждый из детей должен на бегу, не задерживая сзади бегущего, быстро взять флажок из корзины, а на другой стороне площадки положить в корзину.

Сбей кеглю

Оборудование: Кегли и мячи для них.

Ход игры:

Дети распределяются на две подгруппы и встают друг за другом. Перед каждой подгруппой проводят черту. В 2-3 метрах от нее ставят 5-6 кеглей на расстоянии 10-15 см одна от другой. Дети каждой группы по очереди подходят к черте и энергично катят шар (мяч), стараясь сбить кеглю. Когда все дети выполнят упражнение, подсчитывают, какая группа сбила больше кеглей.

Кто сделает меньше прыжков?

Оборудование: Мел.

Ход игры:

Несколько детей становятся за линию,

по сигналу воспитателя выполняют прыжки до обозначенной чертой места, примерно 4-5 метров.

Каждый из игроков делает прыжок и считает их. Побеждает тот, кто сделает меньше прыжков.

Кто самый меткий?

Оборудование: Мешочки с песком / малые мячи, 4 - 5 мишеней, мел.

Ход игры:

Воспитатель делит группу детей на 4 - 5 звеньев. У одной из сторон комнаты проводится черта, а на расстоянии 3 м от нее ставятся 4 - 5 одинаковых мишеней или между двумя стойками натягивается шнур, к которому подвешиваются 4 - 5 обручей. Дети, по одному из каждого звена, выходят на линию и бросают мешочек с песком, стараясь попасть в цель. Попавшему засчитывается очко. Когда все бросили мешочки по одному разу, подсчитывается количество очков в каждом звене. Побеждает звено, получившее больше очков.

Парный бег

Оборудование: Кегли / кубики – по числу звеньев

Ход игры:

Дети стоят в колоннах парами на одной стороне площадки за чертой. На другой стороне площадки поставлены предметы (кегли, кубы...) по числу звеньев. По сигналу воспитателя первые пары детей из колонн, взявшись за руки, бегут до стоящих впереди их предметов, огибают их и возвращаются в конец своих колонн. По следующему сигналу бегут вторые пары и т.д. Пара, разъединившая руки, считается проигравшей.

Встречные перебежки

Оборудование: Ленты двух цветов по количеству детей, мел.

Ход игры:

Две группы детей, с равным количеством играющих становятся на противоположных сторонах площадки за линиями, в шеренги. У каждой группы детей на руках ленточки своего цвета - синие, желтые и т.д. По сигналу воспитателя: «Синие!» - дети с синими лентами бегут на противоположную сторону зала. Стоящие напротив протягивают вперед ладошки и ждут, когда бегущие прикоснутся к ним рукой. Тот, кого коснулись, бежит на другую сторону, и поднимает руку вверх.

С кочки на кочку

Оборудование: Мел, обручи или кочки, вырезанные из нескользкого материала.

Ход игры:

В середине площадке проводятся две параллельные линии на расстоянии 4-5м. одна от другой, это - « болото» Воспитатель распределяет детей на звенья, вызывает по одному ребенку от каждого звена и предлагает им встать на линию (берег). Перед каждым ребенком по направлению к противоположной линии на болоте чертятся кружки (кочки) на расстоянии 30-50 см. друг от друга. Воспитатель предлагает перебраться на противоположную сторону болота, прыгая с кочки на кочку.

Попади в корзину

Оборудование: Корзины, мешочки – по количеству детей.

Ход игры:

Дети берут мешочки и строятся в 2-3 колонны. В двух метрах от черты ставят корзины. Дети по очереди бросают мешочки от черты в корзину снизу, от плеча. Когда все дети выполнят бросок, определяют в какой корзине больше мешочков. При повторении дети бросают другой рукой. Постепенно можно увеличить расстояние до трех метров.

Поменяй предмет

Оборудование: Погремушки и кубики - по 5-6 шт, обручи.

Ход игры:

На одном конце площадке стоит 5-6 детей, в руках у каждого погремушка. На другом конце площадки лежат обручи, в которых находится по одному кубику. На сигнал воспитателя: «Бегом!» дети быстро бегут к обручам, кладут погремушку, берут кубик и быстро возвращаются на свое место. Отмечается ребенок, прибежавший первым. Затем бегут следующие 5-6 детей.

Игры-эстафеты

Мяч над головой

Условия: по мячу на каждую команду; количество участников — от семи человек в команде.

Игроки делятся на команды. Команды выстраиваются в ряд одна параллельно другой. Игрок, стоящий первым в ряду, получает мяч. Он направляющий. Игра начинается по сигналу ведущего. Направляющий игрок поднимает мяч над головой, над головой же передает его стоящему сзади, тот делает то же самое. Оборачиваться, передавая мяч, нельзя. Когда мяч окажется у последнего игрока, он бежит вперед и встает перед первым, игровые действия повторяются. Когда мяч снова вернется к направляющему игроку, команда хором кричит: "Стоп!". Вторая команда останавливает свои действия. Она проиграла.

Зайцы в огороде

Оборудование: мелок для рисования.

Возраст: 5–6 лет.

Ход игры: в центре площадки чертят два круга: диаметр внутреннего 3 м, наружного – 7 м. Назначаются сторож и зайцы из группы ребят. Зайцы располагаются на площадке вне большого круга, а сторож находится в центре малого круга – в огороде. По сигналу воспитателя зайцы прыгают на двух ногах в большой круг. Сторож, бегая по огороду, старается их поймать. Когда сторож поймает 3–4 зайцев, игра останавливается и выбирается новый сторож.

Кто быстрее до флажка

Оборудование: кубики, кегли.

Возраст: 5–6 лет.

Ход игры: играющие выстраиваются в две колонны. Напротив каждой на расстоянии 5 м ставят по одному предмету (кубик, кеглю). По сигналу воспитателя игроки, стоящие в колонне первыми, прыгают на двух ногах до предмета, огибают его и бегом возвращаются к своей колонне, касаются руки следующего ребенка и встают в конец своей колонны.

Игры-эстафеты

Хитрый шарик

Условия: по надувному шарiku и ракетке для каждой команды; количество участников — от четырех человек в команде.

Отмечается начало и конец игрового поля. Игроки получают по надувному шарiku и по ракетке, и встают параллельно друг другу в начале поля. Игра начинается по сигналу ведущего.

Задача игроков: довести шарик до конца площадки, отбивая его ракеткой и вернуться обратно, передать эстафету следующему, не давая ему при этом шарiku ни лопнуть, ни упасть на пол. Кто первым придет к финишу и не допустит нарушений, тот и победитель.

Игры-эстафеты

Ковер — не самолет

Условия: по покрывалу для каждой команды; количество участников — от девяти человек в команде. Оптимальное количество игроков в команде — двенадцать человек, то есть четыре тройки. Отмечается начало и конец игровой площадки. Игроки делятся на две команды. Команды выстраиваются в линию одна параллельно другой. Каждая команда получает по покрывалу.

Игра начинается по сигналу ведущего и осуществляется, как любая другая эстафета, только задание выполняют сразу три игрока: один садится на покрывало, а двое его везут. Роли в каждой тройке нужно распределить заранее. Разумеется, на "ковер" лучше посадить самого миниатюрного, а роль извозчиков дать тем, кто посильнее. Впрочем, об этом ребята должны догадаться сами. Когда первая тройка возвращается, в игру вступает вторая и т. д.

Игры-эстафеты

Руки вместо ног

Условия: количество участников — от пяти человек в команде. Отмечается начало и конец игровой площадки. Игроки делятся на две команды, которые выстраиваются в линию одна параллельно другой. Игра начинается по сигналу ведущего и осуществляется, как любая другая эстафета. Первый игрок опирается на руки, а второй берет его сзади за ноги. Так пара двигается до финиша, обратно дети бегут, взявшись за руки. Кто вперед завершит эстафету, тот и победил.

Игры-эстафеты

Посади картошку

Условия: чётное количество игроков, ведёрко для каждой команды, 4 малых мяча для каждой команды и 4 обруча для каждой команды.

Две команды выстраиваются в колонны по одному. Перед командами на противоположном конце площадки лежат 4 обруча. Первым игрокам вручают по ведру с «картошкой». По сигналу дети бегут, раскладывают «картошку» в обручи и пустое ведёрко передают вторым номерам. Вторые номера бегут, собирают «картошку» в ведёрко и передают третьим и т. д. Побеждает команда, раньше завершившая игру.

Игры-эстафеты

Шайбу-шайбу

Условия: клюшка и шайба на каждую команду.

Участники команд выстраиваются в колонны по одному. Перед каждой командой в 10—12 м ставят по флажку (или указателю). Первые номера в командах получают по клюшке и шайбе. По сигналу они должны, подбивая шайбу клюшкой, обвести ее вокруг флажка и вернуть обратно к линии старта. Затем клюшка передается второму игроку, который, в свою очередь, обводит шайбу вокруг флажка, и т. д. Побеждает команда, первая завершившая игру.

Игры-эстафеты

Мой весёлый звонкий мяч

Условия: для игры нужны баскетбольные мячи по числу команд.

Ребёнок бежит в прямом направлении, отбивая мяч одной рукой, обегает указатель, возвращается таким же способом и отдаёт мяч следующему.

Выигрывает команда, у которой мяч, обойдя всех игроков, раньше вернется к первому номеру.

Игры-эстафеты

На скакалке я скачу

Условия: скакалки.

Команды построены в колонну по одному, в руках у направляющих короткие скакалки. По сигналу первые номера начинают передвижение, прыгая обусловленным способом через скакалку и, обогнув стойку, находящуюся на расстоянии 8-10 м, возвращаются назад, передавая скакалку вторым номерам, и т. д. Во время передвижения с учетом расстояния надо сделать не менее 10-12 оборотов скакалкой.

Игры-эстафеты

Пингвины

Условия: по одному мячу на каждую команду.

Две команды выстраиваются в колонны по одному. Перед ними в 10 – 12 м ставят по флажку. Первые номера в командах получают по мячу. Зажав его между коленями и передвигаясь прыжками, они устремляются к флажку, возвращаются, неся мяч в руках. Мячи передаются вторым игрокам, потом третьим и т. д. Побеждает команда, завершившая игру первой. Когда дети натренируются, игру можно усложнить: каждый должен передвигаться с двумя мячами — один зажать между коленями, а другой держать в руках.

Игры-эстафеты

Кто быстрее проползёт

Условия: скамейки, указатели.
Команды построены в колонну по одному. По сигналу первые номера начинают передвижение, проползая по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, обогнув стойку, находящуюся на расстоянии 8-10 м, возвращаются назад, передавая эстафету вторым номерам, и т. д.

Игры-эстафеты

Ловкие ребята

Условия: 3-4 обруча на стойке на каждую команду.
Команды построены в колонну по одному. По сигналу первые номера начинают передвижение, пролезая через обручи, обогнув стойку, находящуюся на расстоянии 8-10 м, возвращаются назад, передавая эстафету вторым номерам, и т. д.

Игры-эстафеты

С кочки на кочку

Условия: 3-4 обруча на каждую команду, разложенные в ряд на полу.

Команды построены в колонну по одному. По сигналу первые номера начинают передвижение, прыгая из обруча в обруч на двух ногах. Обегают стойку, обратно бегут без задания, передавая эстафету следующему игроку.

Расстояние между обручами можно постепенно увеличивать

Игры-эстафеты

Обезьянки

Условия: 2 гимнастических лестницы, указатели, 2 корзины, «бананы» по количеству игроков.

Команды построены в колонну по одному. По сигналу первые номера начинают передвижение, обегая указатели змейкой, залезая на лестницу, срывая банан. Обратно бегут гладким бегом, передавая эстафету хлопком.

Игры-эстафеты

Прокати мяч

Условия: по одному мячу на каждую команду, указатели – 4-5 на команду.

Две команды выстраиваются в колонны по одному. Перед ними в 10 – 12 м ставят по флажку. Первые номера в командах получают по мячу. По сигналу они прокатывают мяч, огибая указатели до флажка, возвращаются, неся мяч в руках. Мячи передаются вторым игрокам, потом третьим и т. д. Побеждает команда, завершившая игру первой.

Игры-эстафеты

Забавные мартышки

Условия: 2 гимнастических лестницы, указатели, 2 корзины, «бананы» по количеству игроков.

Команды построены в колонну по одному. По сигналу первые номера начинают передвижение в прямом направлении к лестнице, залезая на лестницу, срывая банан. Обрато бегут гладким бегом, передавая эстафету хлопком.

Игры-эстафеты

Такси

Условия: два обруча, указатели.
Команды построены парами.
Первая пара одевает на себя обруч. По сигналу они бегут по прямой, к указателю, огибают его и возвращаются обратно, перекидывая обруч на следующую пару, эстафета продолжается. Побеждает команда, первая закончившая эстафету.

Игры-эстафеты на прогулке

Гонки

Оборудование: санки, кегли.

Возраст: 5-7 лет.

Ход игры: дети становятся в две колонны друг за другом, держа санки за веревку. Впереди на расстоянии 10 м ставят кеглю. По сигналу воспитателя дети везут санки до кегли, огибают ее и возвращаются на свое место, отдают санки следующему. Выигрывает тот, кто быстрее выполнит задание.

Игры-эстафеты на прогулке

Гонки тройками

Оборудование: санки.

Возраст: 5-7 лет.

Ход игры: Рядом с одними санками – трое детей. Один ребенок везет санки, второй садится на них, третий сзади подталкивает санки. По сигналу воспитателя начинаются гонки. Дети доезжают до установленного ориентира и возвращаются назад. Игра заканчивается, когда каждый ребенок из тройки побывает во всех ролях. Выигрывают те дети, которые быстрее выполнят задание.

Игры-эстафеты на прогулке

Кто первый

Оборудование: санки, лыжные палки.

Возраст: 5–7 лет.

Ход игры: дети, стоя на санках, отталкиваются лыжными палками, чтобы быстрее доехать до определенного места и вернуться назад. Кто вперед выполнит это задание, тот и победит.

Игры-эстафеты на прогулке

Гонки на санках

Оборудование: санки.

Возраст: 5–7 лет.

Ход игры: на каждые санки садится по трое детей. Они передвигаются вперед до определенного места, отталкиваясь ногами от снега. Побеждает та команда, которая раньше всех достигнет линии финиша.

Игры-эстафеты на прогулке

Собери флажки

Оборудование: санки, флажки.

Возраст: 5–7 лет.

Ход игры: от старта до финиша ставят флажки в один ряд друг за другом. Один ребёнок тянет санки за верёвку, второй, сидя в санках должен собрать флажки. Побеждает тот, кто первый придёт к финишу и соберёт все флажки.

Игры-эстафеты на прогулке

Черепахи

Оборудование: санки, флажок.

Возраст: 5–7 лет.

Ход игры: дети по два человека садятся на санки спиной друг к другу. По сигналу воспитателя, они отталкиваются ногами, стараясь как можно быстрее проехать расстояние в 10 м до флажка. Побеждает тот, кто быстрее справится с заданием.

Игры-эстафеты на прогулке

Бег на одной лыже

Оборудование: лыжи.

Возраст: 5–7 лет.

Ход игры: каждый ребенок встает на одну лыжу (с палками) у линии старта. По сигналу все устремляются вперед, отталкиваясь свободной ногой. Побеждает тот, кто первый достигнет финиша.

Игры-эстафеты на прогулке

Лыжные пары

Оборудование: лыжи.

Возраст: 5–7 лет.

Ход игры: дети встают парами, держась за руки, у линии старта. По сигналу дети бегут вперед. Побеждает та пара, которая вперед всех придет к финишу, не разъединив руки.

Игры-эстафеты на прогулке

Эстафета с обручами

Оборудование: обручи.

Возраст: 5–7 лет.

Ход игры: играющие строятся в две колонны (перед каждой чертят линию). На расстоянии 6–8 м от колонн кладут по одному обручу. По команде воспитателя игроки, стоящие в колонне первыми, бегут к обручам, поднимают их вверх, пролезают через них, кладут на место и бегут к своей колонне, дотрагиваются до руки следующего ребенка и становятся в конец колонны. Каждый последующий выполняет то же самое задание. Выигрывает команда ребят, быстрее выполнившая задание

Игры-эстафеты на прогулке

С кочки на кочку

Оборудование: обручи.

Возраст: 5–7 лет.

Ход игры: играющие выстраиваются в три колонны у стартовой линии. Перед каждой на расстоянии 10 м чертят или кладут плоские обручи (6–8 штук) – это кочки. По команде воспитателя первые игроки начинают прыгать из обруча в обруч. Достигнув финиша, они бегом возвращаются назад. Прыжки начинает следующий участник. Побеждает та команда, которая быстро и правильно выполнит задание.

Игры-эстафеты на прогулке

Пингвины

Оборудование: мешочки с песком, обручи.

Возраст: 5–7 лет.

Ход игры: играющие строятся у исходной черты в две-три колонны. У игроков, стоящих первыми, по одному мешочку с песком. По сигналу воспитателя они зажимают мешочки между колен и на двух ногах прыгают до обруча, затем берут мешочки в руки, бегом возвращаются к своей колонне и передают их следующим игрокам. Сами встают в конец своей колонны.

Игры-эстафеты на прогулке

Школа мяча

Оборудование: мячи, обручи.

Возраст: 5–7 лет.

Ход игры: дети делятся на три-четыре колонны. В руках у первых игроков, стоящих в колонне, по мячу. По сигналу воспитателя первый игрок бежит до обруча, ударяет мячом в обруч, ловит его двумя руками и передает следующему, а сам бежит в конец своей колонны. Побеждает та колонна, которая быстрее выполнит задание.

Игры-эстафеты на прогулке

Не задень предмет

Оборудование: предметы (кубы, кегли), поставленные в ряд.

Возраст: 5–7 лет.

Ход игры: дети строятся в две колонны у исходной черты. Напротив каждой колонны поставлены предметы в ряд на расстоянии 0,5 м. По сигналу воспитателя дети друг за другом прыгают на двух ногах между предметами (змейкой) и возвращаются на свое место. Побеждает та колонна, которая быстро и правильно выполнит задание.

Игры-эстафеты на прогулке

Мяч в стену

Оборудование: мячи.

Возраст: 5–7 лет.

Ход игры: играющие строятся в 3–4 колонны на расстоянии 3 м от стены лицом к ней. По сигналу первые игроки бросают мяч о стену, ловят его после отскока от земли и передают следующему, сами бегут в конец своей колонны. Побеждает та команда, которая быстрее выполнит задание.

Игры-эстафеты на прогулке

Проведи мяч

Оборудование: мячи, кубики.

Возраст: 5–7 лет.

Ход игры: играющие становятся в две колонны, у каждого в руках по одному мячу

Вдоль площадки параллельно друг другу ставятся кубики (5–6 штук) на расстоянии 1,5 м.

По сигналу воспитателя первые игроки начинают ведение мяча между предметами. Как только они пройдут два-три предмета, в игру включаются следующие ребята и т. д. Каждый выполнивший задание встает в конец своей колонны.

Игры-эстафеты на прогулке

Эстафета со скакалкой

Оборудование: скакалки.

Возраст: 5–7 лет.

Ход игры: команды построены в колонну по одному, в руках у направляющих короткие скакалки. По сигналу первые номера начинают передвижение, прыгая обусловленным способом через скакалку и, обогнув стойку, находящуюся на расстоянии 8-10 м, возвращаются назад, передавая скакалку вторым номерам, и т. д. Во время передвижения с учетом расстояния надо сделать не менее 10–12 оборотов скакалкой.

Игры-эстафеты на прогулке

Эстафета кузнечиков

Возраст: 5–7 лет.

Ход игры: две-три команды строятся в колонны перед стартовой линией. По сигналу первые номера прыжками преодолевают установленную дистанцию в 10–15 м туда и обратно, обязательно заступая за черту на противоположной стороне площадки. Как только первый участник, приземлившись за стартовой чертой, коснется рукой следующего участника, тот начинает прыжки и т. д. Выигрывает команда, первой закончившая эстафету. В эстафете могут выполняться следующие задания: прыжки на двух ногах, прыжки на правой ноге, прыжки на левой ноге, туда – на правой ноге, оттуда – на левой или наоборот. Вариант эстафеты. Каждый участник старается преодолеть дистанцию за меньшее число прыжков.