

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ - ДЕТСКИЙ САД № 41

Проект  
«Веселые эстафеты»  
В честь Дня защитника Отечества

Выполнила:  
Воспитатель :Кожанова А.В.

**Екатеринбург 2020**

**Цель:** Дать детям общее представление о том, что такое эстафета. Научить действовать в команде, сообща. Учить детей быстро ориентироваться в ходе изменения заданий, учить «передавать» эстафету.

**Задачи:**

1. Повторить и закрепить отдельные упражнения для развития определенных двигательных способностей, закрепить отдельные виды основных движений.
2. Развивать ориентировку в пространстве.
3. Формировать такие качества как ловкость, быстрота, координация.
4. Учить действовать сообща, командой.

**Участники проекта:** Дети старших групп детского сада, воспитатели групп, инструктор по физической культуре.

**Сроки проведения:** 1 месяц

**Ожидаемые результаты:** Сформированное представление детей о том, что такое эстафета. Умение ориентироваться в пространстве, умение быстро и четко действовать по инструкции взрослого (задание в эстафете). Сформированные двигательные навыки и способности.

**План мероприятий по реализации проекта**

- Беседа на тему «Что такое эстафета!»
- Включение эстафет в игровую деятельность на прогулке (эстафеты: «Кто быстрее!», «Мяч водящему!», «Пробеги- не урони!», «Кенгуру», «Посади и собери урожай», «Мяч над головой!», «Муравейник», «Пауки» и др.)
- Тематические физкультурные занятия «Веселые эстафеты!»
- Спортивный досуг между группами детей «Золотая осень!»

**Приложение №1**

Эстафеты на спортивный досуг «Золотая осень!»

1. **Эстафета «Листопад».** В руках у каждого участника по бумажному листику дерева. По команде первый участник бежит до ориентира, отдает свой предмет судье (помощнику и т. п., бегом возвращается обратно к своей команде, передает эстафету. Второй участник выполняет тоже самое и т. д. По окончании эстафеты участник, стоящий впереди команды, поднимает руку вверх.

2. **Эстафета «Тропинка».** Посередине зала стоит помощник, у которого в руках 2 обруча. Участник по команде пробегает сквозь обручи, обегает ориентир, обратно пробегает сквозь обручи, передает эстафету следующему участнику.

3. **Эстафета «Посади и собери урожай».** Первый участник команды бежит с ведром, в котором мячики, и раскладывает их в маленькие обручи (один мяч в один обруч). Возвращается к команде и передает ведро следующему участнику. Второй участник бежит и

собирает мячики, «собирает урожай», возвращается и отдает ведро следующему, тот «сажает урожай» и т. п.

4. **Эстафета «Кто скорее пробежит через лужи!»**. Каждый участник обегает лужи «змейкой», обегает ориентир и бегом возвращается к команде.

5. **Эстафета «Пауки»**. По команде первый участник бежит к обручу, обруч держит взрослый, на обруче две веревки. Прибежав к обручу ребенок вяжет узел, возвращается к команде и передает эстафету следующему участнику. Следующий участник бежит и тоже вяжет узел.

6. **Эстафета «Муравейник»**. По сигналу первый участник команды бежит вперед, берет гимнастическую палку и кладет ее на место будущего «муравейника», бежит обратно и передает эстафету следующему. Второй и последующие участники делают тоже самое. По окончании эстафеты должен получиться «муравейник».

7. **Эстафета «Болото»**. Участники команд переправляются через болото с помощью специальных досочек, кусочков ламината.

8. **Эстафета «Ягодная полянка»**. Участники команд по очереди собирают в свою корзинку ягоды. Например, одна собирает чернику, а другая собирает бруснику.

9. **Эстафета «Собери грибы»**. По команде участники команд собирают по очереди грибы (только съедобные).

10. **Эстафета «Орешки для белочки»**. По сигналу участники собирают по очереди орешки в корзину. Время выполнения ограничено. Кто больше собрал орешков за данный период времени- тот и выиграл.

## **Приложение № 2**

### **Эстафеты с мячом**

1. **«Бег с мячом»**. По сигналу первые участники бегут с мячом до ориентира, обегают его, возвращаются и передают мяч следующему.

2. **«Мяч над головой»**. По сигналу первые участники начинают передавать мяч над головой следующему участнику, тот передает третьему и т. д. Последний участник, получив мяч, встает вначале команды и т. д. до тех пор, пока первый участник не вернется на свое место.

3. **«Кенгуру»**. По сигналу первые участники с зажатыми между колен мячиками прыгают до ориентира, потом бегут назад и передают мяч следующему.

4. **«Прокати мяч»**. По сигналу первые участники катят мяч до ориентира и обратно, передают эстафету следующим участникам.

5. **«Баскетболист»**. По сигналу первые участники продвигаются к ориентире, отбивая мяч одной рукой, обратно бегут, передают мяч следующему.

6. **«Гонка больших мячей»**. По сигналу первые участники команды катят большие мячи до ориентира и обратно. Затем катят следующие.

7. **«Мяч водящему».** Напротив каждой команды стоит водящий с мячом. По сигналу водящий бросает мяч первому участнику, участник бросает мяч обратно и убегает в конец своей команды. Водящий бросает мяч следующему. Эстафета продолжается до тех пор, пока первый участник не вернется на свое место.

8. **«Поменяй мяч!»** По сигналу первые участники бегут с мячом к обручу, в котором находится другой мяч. Участники меняют мяч, возвращаются к команде, передают мяч следующему.

9. **«Футболист».** По сигналу участники команд, по очереди забивают мяч в «ворота». Выигрывает та команда, которая забила больше голов.

10. **«Бег с двумя мячами».** Первый участник бежит с двумя мячами до ориентира, обегает его и возвращается к команде, потом бежит следующий.

11. **«Бег в паре с мячом».** Дети бегут в паре боком, зажав мяч лбами. Бегут до ориентира и обратно. (Ориентир обег