Конспект развлечения по развитию выносливости у детей 6-7 лет.

Цель: развивать общую выносливость у детей 6-7 лет.

Программное содержание:

Задачи:

Образовательные:

-повторить ходьбу и бег с изменением темпа движения и направления движения;

-разучить игру-эстафету «Тачки», «Репка».

Развивающие:

-развивать ловкость, координацию движений, глазомер.

Воспитательные:

-воспитывать интерес к спортивным занятиям;

-воспитывать сопереживание за участника команды.

Ход мероприятия:

Инструктор: «Дети, сегодня мы с вами будем заниматься посадкой картофеля и уходом за ним, но для того, чтобы заниматься сельскохозяйственными работами, нужно быть физически сильными и выносливыми. Сегодня мы проверим насколько вы выносливые, а также сможете ли вы справиться с такой трудной задачей. Для того чтобы начать работу мы должны с вами как следует размяться и подготовить наш организм.

Ходьба

-на носках;

-в полуприседе;

-«гусиным шагом»;

-приставным шагом;

-рывки руками, упражнения «Мельница».

Бег

-легкий на носках;

-с захлестом голени;

-боковым галопом;

-со сменой направления;

-быстрый бег;

-медленный бег;

-упражнения на дыхание.

Участники делятся на две команды «Вершки» и «Корешки».

Инструктор: «А сейчас мы начинаем наши соревнования и первая эстафета называется «Посади картошку»

**Эстафета «Посади картошку».**

До финишной черты лежат обручи, задача первого игрока посадить «картофель в каждую лунку», задача следующего «выкопать картофель»

(Первые игроки берут «ведра» с картошкой, бегут вперед до обруча, кладут картошку в обруч, возвращаются, передают ведро следующему, следующий игрок «выкапывает картофель».

Эстафета *«Посади****огород****»*

По сигналу каждый участник команды берёт необходимый инвентарь (ведро, лопата, грабли и т. д., обегает вокруг стойки. Обратно бегом возвращается в команду, передаёт эстафету касанием руки. Выигрывает команда, первая закончившая эстафету.

2. Эстафета *«Убери****огород****»*

По сигналу каждый участник команды с тележкой, добегает до *«****огорода****»* *(обруч)*, где выложены овощи, берёт один из овощей и бегом возвращается в команду. Побеждает та команда, которая первой уберёт *«****огород****»*.

3. Эстафета *«Построй овощехранилище»*

По сигналу каждый участник команды берёт мягкий модуль и бежит до ориентира, где строится овощехранилище. Побеждает та команда, которая закончит первой.

4. Эстафета *«Доставь овощи в магазин»*

Дети на грузовиках перевозят овощи из овощехранилища в магазин. Выигрывает команда, первая закончившая эстафету.

5. Эстафета *«Приготовь обед»*

По сигналу, каждый участник по очереди, бежит до магазина, где выбирает необходимый фрукт или овощ *(одна команда варит борщ, другая компот)*. Побеждает команда, которая закончила первой и выбрала правильные продукты.

**Эстафета «Посади картофель».**

(Дети делятся на две команды.) До финишной черты лежат обручи, задача первого игрока посадить «картофель в каждую лунку», задача следующего «выкопать картофель»

(Первые игроки берут «ведра» с картошкой, бегут вперед до обруча, кладут картошку в обруч, возвращаются, передают ведро следующему, следующий игрок «выкапывает картофель».