

Спортивное развлечение «Веселые старты» для старшей и подготовительной группы

Инструктор по физическому воспитанию Сливко В.В.

Время проведения: октябрь 2022г.

Цель: Укрепление здоровья детей через физические упражнения и подвижные игры.

Задачи:

Оздоровительные:

- сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей;
- способствовать развитию опорно-двигательного аппарата;
- создавать условия для удовлетворения естественной потребности детей в движении.

Образовательные:

- формировать у детей представление о здоровом образе жизни;
- развивать выразительность двигательных действий;
- формировать у детей элементарные знания и представления о разных видах движений и способах их выполнения;
- формировать и совершенствовать двигательные умения и навыки в играх-эстафетах, подвижных играх и основных движениях.

Воспитательные:

- развивать у детей интерес к играм-эстафетам и физическим упражнениям с использованием разных предметов;
- формирование у детей умения играть дружно, согласовывая свои действия с действиями других; побуждать детей к самостоятельности и умению проявлять активность в играх и упражнениях.

Предварительная работа: подготовить спортивный зал , отметить старт и финиш, поставить ориентиры, подготовить все необходимые атрибуты.

Инвентарь: эстафетные палочки- 2шт., мяч- 2шт., гимнастические дуги- 2шт., кегли- 2шт., ведро- 2шт., муляжи фрукты и овощи., обруч- 2шт., ленты синего и желтого цвета- по количеству детей.

Ход мероприятия:

Входят ребята и садятся на скамейки.

Ведущий: В народе говорят: «Нет ничего дороже здоровья». Вот и мы сегодня ещё раз поговорим про здоровье, про здоровый образ жизни. Скажите, что нужно делать, чтобы оставаться здоровым? (ответ детей и родителей).

- Мы с вами знаем много правил, как оставаться здоровыми! А вы хотите быть здоровыми? (ответы детей)

Вед: Сегодня мы собрались в этом зале, чтобы провести спортивный праздник «Весёлые старты». Ребята, вы любите спорт?

Дети: Да!

Ведущий: Если хочешь быть умелым, ловким, быстрым, сильным, смелым,

Научись любить скакалки

Мячи, обручи и палки!

Вот здоровья в чем секрет –

Будь здоров! Физкульт -

Дети: Привет!

Ведущий:

И так мы начинаем самую весёлую из всех спортивных и самую спортивную из всех весёлых игр – “Весёлые старты”! Участники соревнований будут состязаться в силе, ловкости, смекалке, быстроте!

Ведущий:

-Чтоб проворным стать атлетом

Вам эстафета!!!

Будем бегать быстро, дружно

Победить вам очень нужно!

Эстафета № 1.

Инвентарь: эстафетные палочки.

Описание: первый участник берет в руки эстафетную палочку, бежит, обегает стойку и возвращаясь к команде передает эстафету следующему участнику. Побеждает команда, закончившая эстафету первой.

Эстафета № 2 «Передача мяча».

Инвентарь: мяч.

Описание: каждая команда выстраивается в шеренгу. У первого мяч в руках. Он должны передать мяч двумя руками через голову сзади стоящему. Выигрывает та команда, которая быстрее передаст мяч.

Ведущий: Молодцы! Замечательно справились с заданием.

Эстафета № 3 «Полоса препятствий»

Инвентарь: дуги, кегли.

Описание: первый участник в команде пролезает под гимнастической дугой, затем оббегает кегли змейкой, возвращается, передаёт эстафету следующему участнику.

Эстафета №4. «Витамины на столе»

Инвентарь: ведра, обручи, фрукты и овощи.

Описание: первый игрок с ведром с фруктами и овощами подбегает к обручу раскладывает их, второй собирает фрукты и овощи в ведро и т. д.

Эстафета №5. «Найди свой цвет»

Оборудование: ленточки синего и желтого цвета.

Описание: дети врассыпную ходят по залу. Ленточки в руках у взрослых игроков команд. По сигналу ведущего игроки должны встать рядом со своим взрослым и выполнять задания

- в колонну

- в круг

- на корточки.

Ведущий: Молодцы ребята, но у меня еще есть для вас загадки, но загадки не простые, а спортивные! Ну, что? Начнем?

Просыпаюсь утром рано,

Вместе с солнышком румяным,

Заправляю сам кроватьку,

Быстро делаю ... (Зарядку)

Не похож я на коня,

А седло есть у меня.

Спицы есть, они, признаться,

Для вязанья не годятся.

Не будильник, не трамвай,

А звоню я, то и знай. (Велосипед)

Сижу верхом не на коне,

А у туриста на спине. (Рюкзак)

По пустому животу

Бьют меня — не вмоготу!

Метко сыплют игроки

Мне ногами томаки. (Футбольный мяч)

Когда весна берет свое

И ручейки бегут звеня,

Я прыгаю через нее,

Ну, а она — через меня. (Скакалка)

Ноги в них быстры и ловки.
То спортивные... (Кроссовки)

Ведущий: И вот подводим мы итоги,
Какие б ни были они.
Со спортом будем мы дружить,
И нашей дружбой дорожить.
И станем сильными тогда.
Здоровыми, умелыми,
И ловкими, и смелыми.

-Занимайтесь спортом, укрепляйте своё здоровье, развивайте силу и выносливость! Будьте здоровы, до новых встреч!