

Спортивное развлечение «Весёлые старты» на тему «От старта до финиша» - старшая группа 2020г.

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

Задачи:

- сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей;
- способствовать развитию опорно-двигательного аппарата;
- создавать условия для удовлетворения естественной потребности детей в движении.
- формировать у детей представление о здоровом образе жизни;
- 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.
- 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.

Инвентарь: эстафетные палочки- 2шт., мяч - 2шт., кегли- 2шт., ведро- 2шт., муляжи фрукты и овощи., обруч- 2шт.,

Ход мероприятия

Дети под песню «Спорт» муз. Т. Пархоменко в колонне по одному входят в зал.

Инструктор физкультуры (И.Ф.) 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?
(*Ответы детей*).

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

И.Ф. Сегодня мы собрались в этом зале, чтобы провести спортивное развлечение «Весёлые старты». Ребята, вы любите спорт?

Дети. Да!

И.Ф. 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!

И.Ф. 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!

И.Ф. А теперь небольшая разминка!

Проводится разминка под детскую песню «Лошадь».

1. Ходьба (обычная, с высоким подниманием колена, руки на поясе) и бег по кругу (ноги «взахлест», боковой галоп лицом в круг и лицом из круга, обычный бег).
2. Прыжки на двух ногах в любом направлении.
3. Ходьба «гусиным шагом».
4. Ходьба на носках, руки на поясе; на пяточках, руки сложены за спиной.

И.Ф. Вот мы и сделали разминку, а теперь приступаем к нашим соревнованиям.

Эстафета № 1 «Передача эстафетной палочки»

(Дети делятся на две команды. Первый участник берет в руки эстафетную палочку, бежит, обегает конус и возвращаясь к команде передает эстафетную палочку следующему участнику. Побеждает команда, закончившая эстафету первой).

Эстафета № 2 «Передача мяча».

(Каждая команда выстраивается в колонну по одному. У первого мяч в руках. Он должны передать мяч двумя руками через голову сзади стоящему. Тот бежит вперед и встает первым, передает снова мяч сзади стоящему и т.д., пока первый ребенок не вернется на свое место. Выигрывает та команда, которая быстрее передаст мяч).

И.Ф. Молодцы! Замечательно справились с заданием.

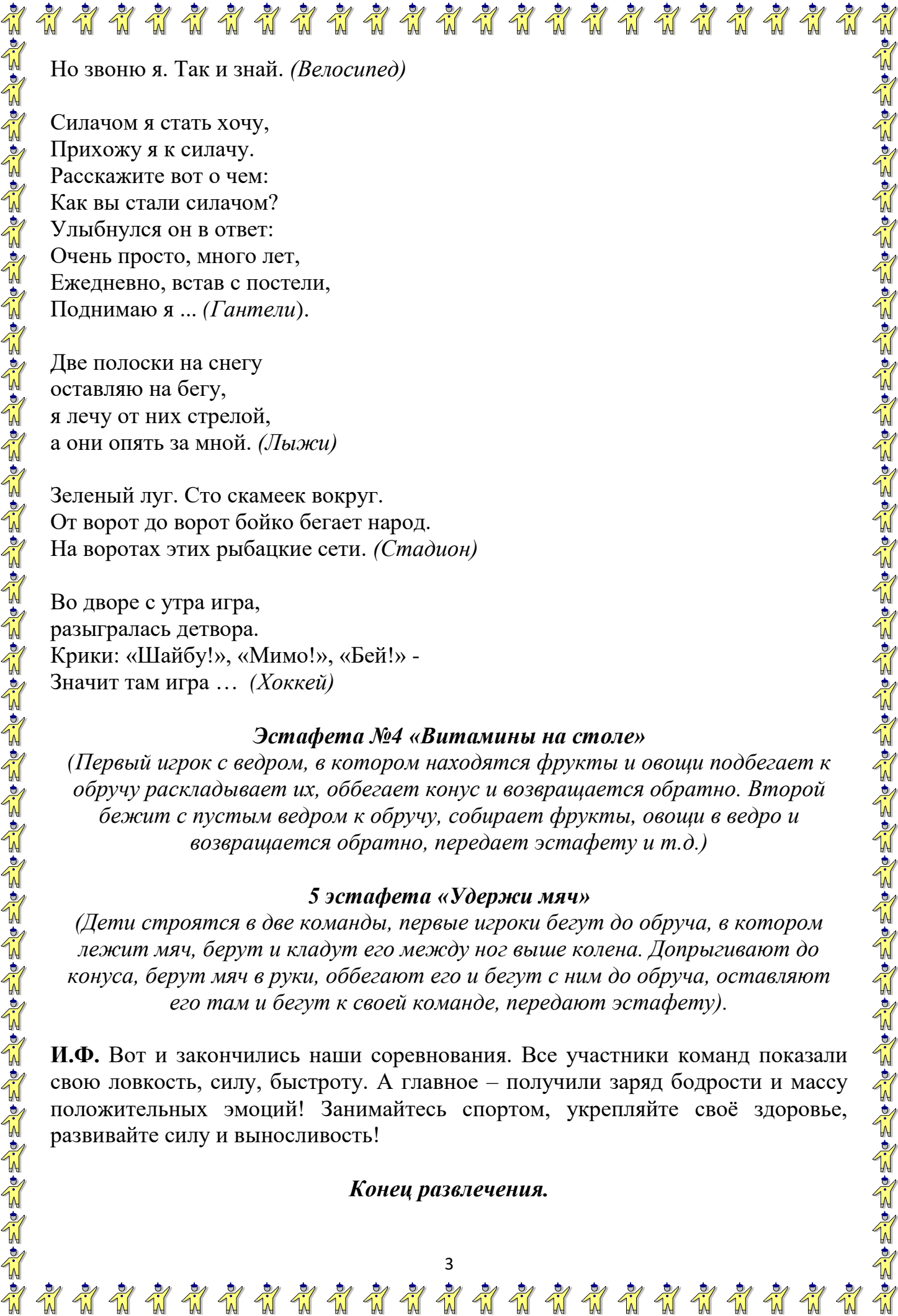
Эстафета № 3 «Полоса препятствий»

(Первый участник в команде пролезает в обруч (диаметром 50см), затем обегает кегли змейкой, добегает до конуса, обегает его и возвращается, передаёт эстафету следующему участнику).

И.Ф. А теперь проверим ваше умение отгадывать загадки о спорте.

Загадки о спорте.

Не похож я на коня,
А седло есть у меня.
Спицы есть. Они, признаться,
Для вязанья не годятся.
Не будильник, не трамвай,



Но звоню я. Так и знай. *(Велосипед)*

Силачом я стать хочу,
Прихожу я к силачу.
Расскажите вот о чем:
Как вы стали силачом?
Улыбнулся он в ответ:
Очень просто, много лет,
Ежедневно, встав с постели,
Поднимаю я ... *(Гантели).*

Две полоски на снегу
оставляю на бегу,
я лечу от них стрелой,
а они опять за мной. *(Лыжи)*

Зеленый луг. Сто скамеек вокруг.
От ворот до ворот бойко бегают народ.
На воротах этих рыбацкие сети. *(Стадион)*

Во дворе с утра игра,
разыгралась детвора.
Крики: «Шайбу!», «Мимо!», «Бей!» -
Значит там игра ... *(Хоккей)*

Эстафета №4 «Витамины на столе»

(Первый игрок с ведром, в котором находятся фрукты и овощи подбегает к обручу раскладывает их, оббегает конус и возвращается обратно. Второй бежит с пустым ведром к обручу, собирает фрукты, овощи в ведро и возвращается обратно, передает эстафету и т.д.)

5 эстафета «Удержи мяч»

(Дети строятся в две команды, первые игроки бегут до обруча, в котором лежит мяч, берут и кладут его между ног выше колена. Допрыгивают до конуса, берут мяч в руки, оббегают его и бегут с ним до обруча, оставляют его там и бегут к своей команде, передают эстафету).

И.Ф. Вот и закончились наши соревнования. Все участники команд показали свою ловкость, силу, быстроту. А главное – получили заряд бодрости и массу положительных эмоций! Занимайтесь спортом, укрепляйте своё здоровье, развивайте силу и выносливость!

Конец развлечения.