

Спортивное развлечение «Веселые старты» для старшего дошкольного возраста

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 все необходимые атрибуты.

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

Ход мероприятия:

Входят ребята парами и построение на две команды под речёвку:

Ведущий: Раз, два, три, четыре, пять

Дети: Начинаем выступать

Ведущий: Кто шагает нынче в ряд?

Дети: Из дошкольников отряд!

Ведущий: Сильные, смелые, ловкие, умелые,

Дети: Красивые, весёлые, здоровые, закалённые!

Ведущий: Скажем дружно мы сейчас,

Дети: Быть здоровым – это класс!

Ведущий: Мы расскажем вам ребята

Дети: Как здоровыми остаться!

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!

-Давайте поддержим и поприветствуем наших участников.(хлопают)

-Перед Вами лучшие спортсмены (представление команд и капитанов).

А судить наши соревнования будет жюри в составе.

Представление жюри.

А сейчас даём, слово судьям.

Судья: - сообщает, что за каждый выигрыш команде будет присуждено 1 очко;

- что разрешается родителям участвовать в играх и эстафетах;

- что будут сниматься очки за несоблюдение правил;

- и наоборот, поощрять за культурное поведение, выдержку, взаимовыручку в команде;

- что главный девиз праздника *«Один за всех, - и все за одного»*

Какая из команд окажется самой быстрой, самой ловкой. Самой находчивой и, конечно, самой, дружной, это- мы, скоро, увидим.

Чтобы добиться хороших результатов в соревнованиях, вам, ребята, надо не унывать и не зазнаваться. Я желаю вам, ребята, больших успехов в предстоящих соревнованиях, желаю побед, и всем командам: – Физкульт!

Дети: Привет!

Ведущий: Команды обязуются соревноваться!

Все: честно, по правилам!

А теперь небольшая разминка!

Каждый день по утрам делаем зарядку!

Очень нравится нам всё делать по порядку:

Весело шагать, (маршируют)

Руки поднимать (упражнения для рук)

Приседать и вставать (приседают)

Прыгать да скакать (прыгают)
Здоровье в порядке - спасибо зарядке!

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 должен 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.



Ведущий: Это была последняя эстафета, прошу жюри подсчитать баллы, а мы с вами отдохнем все вместе! Я вам буду называть правила, если вы со мной соглашаетесь, то хлопайте в ладоши. Если не согласны, то топайте ногами.

- Перед едой надо всегда мыть руки с мылом.
- Надо меньше двигаться.
- Надо есть продукты, которые полезны для здоровья.



- Когда кушаешь можно разговаривать, глотать не пережёванную пищу.
- Есть надо медленно.
- Закаляться вредно.
- Зубы чистить два раза в день.
- Очень вредно полоскать рот после еды.
- Полезно пить газировку, есть чипсы и жирную пищу.
- Соблюдать режим.
- Плохо дышать свежим воздухом.
- Хорошо ходить с плохим настроением, грустить, плакать.



Научись его ценить!

Эти правила важны,

Вы запомнить их должны!

Будьте здоровы!

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 кровать,
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 — неважноту!
Метко сыплют игроки
Мне ногами тумаки. **(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: Для подведения итогов предоставляем слово нашему
замечательному жюри
Слово жюри (вручение дипломов, подарков)



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!