

**Спортивно-развлекательное мероприятие ВЕСЁЛЫЕ СТАРТЫ
«МЫ ЗДОРОВЬЕ БЕРЕЖЕМ» для детей старших и подготовительных групп.**



Мероприятие проводится при хорошей погоде на улице, при плохой погоде в музыкально-спортивном зале. На площадке звучит веселая детская музыка. Площадка празднично украшена.

Цель мероприятия: «Веселые старты» - повышение интереса к физической культуре и здоровому образу жизни детей. Выявлять способности и интересы детей.

Воспитывать волевые качества, развивать стремление к победе и уверенность в своих силах. Учить не только получать радость от своих результатов, но и переживать за товарищей.

Задачи:

1. Создать в детском саду атмосферу праздника, дух соревнования, желание участвовать в спортивных конкурсах, играх.
2. Создать радостное, праздничное настроение у детей.
3. Закрепить двигательные умения, полученные на занятиях физической культуры.

Предварительная работа:

- Оформить зал или улицу.
- Приготовить спортивный инвентарь
- Музыкальное сопровождение: фонограммы
- Место проведения: спортивно-музыкальный зал или площадка перед детским садиком.

Звучит спортивная музыка

Ход развлечения:

Дети под музыку входят и садятся на скамейки.

Ведущий:

Приглашаем всех сейчас.
Праздник спорта и здоровья
Начинается у нас!
Спортивные люди – они так красивы.
В них столько энергии, бодрости, силы.
Ты хочешь на них быть хоть каплю похожим?
Лишь спорт тебе в этом отлично поможет.
Здоровье усилит, успехов прибавит.
От скуки, безделья тебя он избавит.
Поверь, ты в себя и добейся высот.
О чем ты мечтал, даст тебе только спорт.

Ведущий:

Дети, вы знаете, чтобы быть крепкими, сильными и здоровыми нужно заниматься спортом. Сегодня мы с вами проведём «Весёлые старты». Наши команды не знают лени, встают на разминку без промедлений.

Музыкальная физзарядка (физминутка)

ДЕТИ: Под музыку каждая из команд выполняет свой комплекс упражнений.

1. Кто с зарядкой дружит смело,

Кто с утра прогонит лень,

Будет смелым и умелым,

И веселым целый день!

2. Приучай себя к порядку -

Делай каждый день зарядку,

Смейся веселей,

Будешь здоровей.

3. Чтоб расти и закаляться,

Не по дням, а по ночам

Мы привыкли заниматься

Физкультурой по утрам!

Ведущий:

Упражнения выполнили, чтоб здоровье укрепить и заряд бодрости получить.

Сегодня на веселых стартах каждый из вас сможет показать свои физические

способности. Кто-то быстро бегают, кто-то далеко и высоко прыгает, кто-то далеко метает. И вы сможете утвердиться в своих самых спортивных качествах (ловкости, быстроте, меткости, выносливости, координации, смелости, упорстве).

Вы готовы к спортивной борьбе?

Дети. Готовы!

Ведущий:

Тогда я познакомлю вас с правилами наших спортивных состязаний.

• Правило первое – выполнять правила, установленные для конкретного состязания.

• Второе правило – не спорить с судьей при подведении итогов.

• Третье правило – быть веселыми и дружными.

Ваша задача – побеждать и получать за победу баллы. В конце веселых стартов будут подсчитаны баллы. Обладатели наибольшего количества баллов, получают сладкие призы. Всем все понятно?

Дети. Да!

Ведущий.

Чтоб Весёлые старты начать, должны вы клятву дать:

(Дети вместе с ведущим произносят слова клятвы).

Ведущий: Кто с ветром проворным может сравниться?

Дети: Мы, физкультурники!

Ведущий: Кто верит в победу, преград не боится?

Дети: Мы, физкультурники!

Ведущий: Кто спортом любимой отчизны гордится?

Дети: Мы, физкультурники!

Спорт ребятам очень нужен!

Мы со спортом крепко дружим!

Спорт - помощник, спорт - здоровье,

Спорт - игра, физкульт-ура!

Спортивные соревнования «Веселые старты» объявляю открытыми!!!

Звучит спортивный марш.

Ведущий: Соревнования будут проводиться в виде эстафет. Итак, первая эстафета.

Хотите побегать? Не будет запрета,

Ведь впереди нас ждёт Эстафета!

Проводится эстафета «Кто быстрее! »

1. Эстафета «Переправа в обручах» Инвентарь: обручи.

Команды построены в колонны по одному перед стартовой чертой (на «берегу»), в руках у первого направляющего гимнастический обруч. По сигналу обруч надевают на пояс первые игроки и быстро перебегают на противоположную сторону площадки (дистанция до 10-15 метров). Первый номер остается за финишной чертой, а второй, не снимая обруча, бежит за третьим игроком, затем остается второй на финише, а третий бежит за четвертым и так далее. Выигрывает команда, первой закончившая «переправу».

2. Эстафета «Пролез в обручи» Инвентарь: обручи.

По 4- 5 обруча лежат на полу на равном расстоянии от каждой команд. Первый участник пролазит поочередно в каждый обруч, обегает стойку и касанием руки передаёт эстафету следующему участнику. Следующий участник делает также. Побеждает команда, закончившая эстафету первой.

3. Эстафета «Перенеси кегли» Инвентарь: обручи и кегли.

По 3 обруча лежат на полу на равном расстоянии от каждой команд. Первый участник получает 3 кегли и по команде несёт их, расставляя по одной кегле в каждый из обручей, обегает стойку и касанием руки передаёт эстафету следующему участнику. Следующий участник собирает кегли из обручей, обегает стойку и передаёт кегли следующему участнику. Третий участник опять расставляет кегли. Побеждает команда, закончившая эстафету первой.

Конкурс . Доскажи пословицу.

Здоровье нам всем необходимо. Недаром народ придумал об этом много пословиц, поговорок. А знаете ли вы их?

В здоровом теле – здоровый ... (дух)

Курить – здоровью ... (вредить)

Быстрого и ловкого болезнь не ... (догонит)

До свадьбы ... (заживёт)

Здоровья не ... (купишь)

Солнце, воздух и вода - наши верные..... (друзья)

Крепок телом - богат и.... (делом)

Кто спортом занимается, тот силы(набирается)

Закаляй свое тело с пользой для (дела)

Главное - не победа, а.....(участие)

Здоров лишь тот, кто ведет..... (здоровый образ жизни!)

4. Эстафета «Болото». Инвентарь: доски.

Первый участник каждой команды держит 2 доски, кладёт перед собой первую дощечку и наступает в неё, затем кладёт перед собой вторую доску и встаёт в неё, таким образом, участник передвигается до стойки, затем поднимает дощечки, обегает стойку и бежит к следующему участнику своей команды и передаёт ему дощечки. Передвижение через болото продолжается до последнего участника. Побеждает команда, закончившая эстафету первой.

5.Эстафета «Бег в мешках». Инвентарь: мешки.

Ребенок одевает, мешок на ноги бежит или скачет в мешке до стойки, затем обегает, стойку бежит или скачет обратно. Затем снимает мешок и передаёт следующему участнику, и встаёт в конец колонны. Побеждает команда, закончившая эстафету первой.

6.Эстафета «Передай мяч». Инвентарь: резиновые мячи.

Команда стоит в колонне ноги врозь. Первый ребенок передает мяч под ногами, последний участник в колонне, получив мяч, бежит и встает вперед. Снова передают мяч под ногами, пока капитан снова не окажется первым. Побеждает команда, закончившая эстафету первой.

7.Эстафета «Кенгуру». Инвентарь: резиновые мячи.

Ребенок зажимает между колен мяч и скачет до стойки, затем берёт мяч в руки и бежит обратно. Затем передаёт мяч следующим игрокам, и встаёт в конец колонны. Побеждает команда, закончившая эстафету первой.

8.Эстафета «Не урони мяч». Инвентарь: гимнастические палки и мячи.

Первая пара в колонне держит две палки, на которых лежит мяч или же зажимают мяч палками. Пары бегут вперед, обегают стойку и возвращаются к началу своей колонны.

Ведущий: *Загадывает загадки про спорт*

ПОД МУЗЫКУ Музыкальная игра «СКАЗКА»

Ведущий: Спортивный праздник наш удался на славу, а вам, дети, он понравился.

Всем известно, всем понятно,

Что здоровым быть приятно.

Только надо знать,

Как здоровым стать!

В мире нет рецепта лучше -

Будь со спортом неразлучен,

Проживешь сто лет - Вот и весь секрет!

Звучит музыка фанфары НАГРАЖДЕНИЕ (сладкие призы)