**Веселые старты**

**с элементами народных игр**

**Цель**: общее укрепление и оздоровление детей посредством спортивно-игровой деятельности.

**Задачи:**

- Развивать психофизические качества (быстроту, ловкость, силу, внимание, координацию, равновесие).

- Совершенствовать двигательные навыки и умения детей.

- Развивать творческие способности.

- Способствовать развитию положительных эмоций, чувства взаимопомощи.

- Воспитывать интерес к физическим упражнениям и подвижным играм.

**Ход мероприятия:**

***Дети входят в зал. У стола хлопочет Хозяюшка. Емеля лежит на лежанке. Звучит музыкальная заставка.***

**Хозяюшка:** Здравствуйте, гости дорогие!

Я бы вас угостила

Да не тут-то было…

Воды в доме нет

И хлеба нет на обед.

А всё почему? Лень принести это всё сыну моему. Вот смотрите, каков мой сынок. Лежит-полеживает целыми днями и ничего делать не хочет.

**Хозяюшка обращается к Емеле:** Эй! Емеля, поздоровайся с гостями!

**Емеля:** Не хочу.

**Хозяюшка:** Что ж гостей ты не встречаешь,

Чаем их не угощаешь?

**Емеля:** Не хочу!

**Хозяюшка:** Охо-хо-хо. Видно, надо Василису Премудрую на помощь звать, ребята, поможете мне?

**Хозяюшка и дети хором зовут Василису:**Василиса! Василиса!

***Входит Василиса в спортивном костюме, в руках обруч, мяч.***

**Василиса:** Здравствуйте, ребята, что случилось?

**Хозяюшка:** Вот, Василиса, посмотри на нашего Емелю, лежит, ничего не делает! И так каждый день!

**Василиса:** Да, тяжелый случай, но я постараюсь вам помочь.

**Емеля:** А ты кто вообще такая и почему ты так странно одета, где сарафан, кокошник?

**Василиса:** А я не простая Василиса, я из страны Спортландия, у нас в Спортландии все закаляются и занимаются спортом. Я даже из такого лентяя, как ты, могу спортсмена сделать.

**Емеля:** Да ничего у тебя не получится, не люблю я трудиться, спортом заниматься, я люблю на печке лежать, да калачи жевать.

**Василиса:** А я все-таки попробую, а ребята мне помогут. Емеля, а знаешь, как ребята проводят свой день?

**Емеля:** Как? Как? Дома сидят и на диване лежат. Как я.

**Василиса:** Это ты, Емеля, утро встречаешь на печи,

А эти ребятки каждое утро

Начинают с зарядки!

Ты, Емеля, не ленись,

На зарядку становись!

**Емеля:** Не хочу!

**Василиса:** Да ты посмотри, как это весело!

**Музыкальная зарядка**

**Емеля:** Я сказал, что не хочу и не буду.

**Василиса:** А калачи есть, Емеля, хочешь?

**Емеля:** Калачи? Не мешало бы подкрепиться. Давай сюда калачи,проголодался я!

**Василиса:** Хочешь есть калачи, так не сиди на печи!

Ты, Емеля, просыпайся,

За водою собирайся.

**Емеля:** За водою неохота –

Это не по мне работа!

**Василиса:** Коль на печке будешь спать,

То гостинцев не видать!

**Емеля:** Ладно, ладно, собираюсь, только пусть ребята мне помогут, ведра - то тяжелые.

**Эстафета «Принеси воды»**

*Участвуют 2 команды. Участники, стоящие первыми, берут ведра и по сигналу бегут до поворотной отметки. Затем возвращаются назад, чтобы передать ведра следующему участнику.*

**Емеля:** Что-то я проголодался,

До реки пока добрался!

Мне б похлебки, иль картошки,

Или сала хоть немножко.

**Василиса:** А ты, Емеля не ленись, пойди да сам и накопай картошки, а ребята тебе помогут.

**Эстафета «Накопай картошки»**

*Играют 2 команды. Игрок, стоящий первым, держит в руках мешочек. Напротив каждой команды лежат обручи, в них лежат мячики – это картошка. По сигналу участники бегут к обручам и собирают в мешок мячики по одному, затем* *возвращаются и передают мешочек следующему игроку, который, взяв мешочек, бежит собирать картошку и т. д.*

**Хозяюшка:** Вот ребята, какие вы молодцы, помогли моему Емеле картошки накопать.

Ты, Емеля, не ленись!

Еще немного потрудись.

Тыкву надо прикатить,

Кашу я хочу сварить!

**Емеля:** Каша – это хорошо!

Потружусь чуть-чуть еще.

Вы, ребята, помогите,

Тыкву к дому прикатите.

**Игра «Перекати тыкву»**

*Дети стоят в кругу и перекатывают большой надувной мяч – «тыкву» под музыку по кругу, пока мяч не окажется снова у первого участника.*

**Емеля:** Что-то я устал чуть-чуть.

Можно мне хоть отдохнуть?

Я устал от трудных дел.

Я бы сказку посмотрел.

**Хозяюшка:** Хорошо, садись смотреть

Сказку «Маша и медведь»

**Эстафета «Маша и медведь»**

*Играют 2 команды. Участники бегут, прыгая из обруча в обруч с рюкзаком, в котором сидит кукла, обегают конус, возвращаются в команду, отдают атрибуты следующему игроку.*

**Василиса:** Емеля, хватит отдыхать.

С нами ты вставай играть.

**Емеля:** Эй, ребята, не зевайте!

В «Городки» со мной сыграйте!

**Игра «Городки»**

*Участники строятся в одну колонну. По одному участники бросают мяч, стараясь сбить кеглю. Бегут за мячом, если нужно, ставят сбитую кеглю и передают мяч следующему участнику.*

**Емеля:** Ребята, а вы умеете отгадывать загадки?

Снова туча набежала,

Очень сыро, мокро стало.

Яркий зонтик раскрываем

От него себя спасаем! (*Дождик*).

**Емеля:** Ребята, а вы не боитесь дождя?

**Ребенок:** Новые калоши обновить нам нужно,

Мы в калошах новых побежим по лужам.

Нам совсем не страшно бегать под дождем:

Если дождик сильный — зонтики возьмем.

**Эстафета «Бег в калошах под зонтиком»**

*Играют 2 команды. Участники, стоящие первыми, надевают калоши и под зонтиком пробегают до ориентира, возвращаются, передают зонтик и калоши следующим игрокам.*

**Емеля:** А вот вам еще загадка:

Прячется от нас с тобой  
Одна куколка в другой.  
На косыночках горошки.  
Что за куколки? (Матрешки)

**Игра – эстафета «Наряди Матрешку»**

*Играют 2 команды. Участники по очереди подбегают к ребенку, изображающему матрешку. Рядом с ребенком лежит наряд для Матрешки. Каждый из участников берет по одному предмету одежды, надевает на Матрешку, затем возвращается к команде.*

**Василиса:** Молодцы, ребята, а мне пора возвращаться в Спортландию.

Праздник нам кончать пора –

Крикнем празднику: «Ура!»

Я желаю вам, ребята,

Быть здоровыми всегда.

Но добиться результата

Невозможно без труда.

**Емеля:** Как здорово! Мне понравилось трудиться, и играть, и веселиться.

**Хозяюшка:** Спасибо, вам ребята и тебе Василиса! Вы своим примером научили моего сына трудиться и заниматься спортом.

***Емеля, Хозяюшка и Василиса раздают детям сладкие подарки.***