

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
Учреждение «Детский сад № 4 «Радуга»
Поспелихинского района Алтайского края

Физкультурно – оздоровительный досуг

«Веселые старты»

Разработала: Пустовойтенко Н.В.,
воспитатель высшей квалификационной категории

с. Поспелиха 2022г.

Цель: формировать предпосылки у детей к здоровому образу жизни через спортивные развлечения.

Задачи.

Воспитывать чувство товарищества, взаимопомощь, интерес к физической культуре спортивным играм.

Развивать быстроту реакции, силу, ловкость, меткость, внимание.

Формировать представление детей об оздоровительном воздействии физических упражнений на организм.

Оборудование: 2 маски лягушки, «островки» мягкие модули; стойки, 2 ложки, 2 киндер яйца. Мячи, обручи.

Ход мероприятия:

Ведущий: Здравствуйте, дорогие ребята и уважаемые болельщики! Сегодня наш зал превращается в весёлый стадион, потому что мы начинаем самые весёлые и самые спортивные игры – это «Весёлые старты». Дорогие зрители, вы станете свидетелями интересных соревнований между командами **«Солнышки»** и командой **«Капитошки»**.

Ведущий: Но собрались мы не только для того, чтобы посоревноваться в силе, ловкости, смекалке и выносливости, а самое главное, получить заряд хорошего настроения. Приглашаем наши команды. *(Команды входят в зал, строятся в 2 шеренги)*

Ведущий:

Итак, все гости собрались,
Спортсмены заждались.
Наш праздник начинается,
Команды представляются.
Представление команд.

Команда *«Солнышки»*.
Команда *«Капитошки»*.

Ведущий. Чтобы добиться хороших результатов в соревнованиях, вам, ребята, надо не унывать и не зазнаваться. Я желаю вам больших успехов в предстоящих соревнованиях.

Ведущий:

Что за странная дорога?
Здесь препятствий очень много!
Что ни шаг-то чудеса,
Вот так чудо — полоса!

Эстафета «*Лягушки*».

Первые участники команд надевают маску лягушки, на двух ногах прыгают по островкам с цифрами (5 шт., оббегают стойку и, прыгая по островкам, возвращаются назад, передают маску следующему участнику.

Ведущий.

Чтоб проворным стать атлетом

Вам эстафета!

Будем бегать быстро, дружно

Победить вам очень нужно!

Эстафета «*Переправь друзей*».

-Первыми проходят эстафету капитаны. Капитан команды становится в центр обруча, держа его руками. По команде, капитаны оббегают стойку, возвращается назад, где к обручу снаружи цепляется следующий участник команды. Вместе они бегут до стойки, оббегают ее, второй участник остается у стойки, а первый участник возвращается за следующим. Эстафета продолжается до тех пор, пока вся команда не окажется за стойкой.

Побеждает самая быстрая команда.

Следующая эстафета на смекалку.

Я буду загадывать поочередно каждой команде загадки.

1. Просыпаюсь утром рано,

Вместе с солнышком румяным,

Заправляю сам кроватку,

Быстро делаю ... (*Зарядку*)

2. 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*)

3. По пустому животу

Бьют меня — невмоготу!

Метко сыплют игроки

Мне ногами тумаки. (*Футбольный мяч*)

4. Когда весна берет свое,

И ручейки бегут звеня,

Я прыгаю через нее,

Ну, а она — через меня. (*Скакалка*)

Эстафета «Пролезь в ворота».

Вот ворота не простые

В них пролезть большое чудо!

Эстафета «Попади в ворота».

Мячик, мячик ты катись

И в воротца попади!

Ведущий:

Соревнуйтесь не робея,

Пусть победа не легка,

Но надейтесь на удачу,

И она придет всегда.

Эстафета «Перенеси яичко».

Вспомним сказку «*Курочка Ряба*». Жалко деда и бабу, разбилось золотое яичко, не уберегли от мышки. Давайте посмотрим, получится ли это сделать нашим игрокам. Итак, кладем яичко на ложку и оббегаем стойку, возвращаемся, передаем ложку с яйцом следующему игроку. Рука вытянута вперед.

Ведущий: Чтоб проворным стать атлетом

Вам, напоследок – эстафета!

Эстафета «Прыгучий мяч».

Участник команды скачет на большом мяче – фитболе до стойки, обпрыгивает ее и возвращается также обратно, передает эстафету следующему участнику. Побеждает команда быстрее всех выполнившая задание. Мячи-фитболы.

Ведущий:

Пусть вам веселые старты запомнятся,
Пусть все невзгоды пройдут стороной,
Пусть все желания ваши исполнятся,
А физкультура станет родной.