

Спортивное развлечение

«Веселые старты»

(ст. и подг.гр.)

Цель: Создать эмоционально-положительный настрой на физические упражнения, почувствовать атмосферу соревнований.

Задачи:

- ❖ Совершенствовать и автоматизировать двигательные навыки.
- ❖ Закреплять представление о передаче эстафеты.
- ❖ Воспитывать чувство коллективизма в играх и эстафетах, стремление к взаимовыручке, умение радоваться успехам других.

Предварительная работа: беседа о здоровом образе жизни, выбор капитанов, название команд, разучивание девиза и стихов, подобрать музыку, создание эмблем (предложить детям эскизы эмблем)

Физкультурный инвентарь: 2 флажка; 2 обруча; 2 веревки; 2 конуса; 2 мяча (д=20 см); 2 мяча (д=6 см); 2 клюшки; 6 кегли; гимнастическая палка; ходунки – 4 шт.

Ход:

Перестроение в две команды под музыку.

Ведущий: Ребята, сегодня мы с вами проведем настоящие соревнования, узнаем, какая команда самая дружная, а в этом нам помогут ловкость, сила, быстрота. Конкурсы, эстафеты, соревнования будут оцениваться по 2-х балльной системе, то есть если команда выигрывает, то получает 2 балла, проигрывает - 1 балл. Желаем всем удачи!

Итак, командам приготовиться к приветствию. Как называется ваша команда?

Дети: «Ракета»

Капитан команды: Надо спортом заниматься
И привычку завести
Умываться не бояться,
Физкультурой заниматься
И здоровыми расти!

Ведущий: А ваша команда как называется?

Дети: «Молния»

Капитан команды: Стать чемпионом – все мы знаем –
Задача сложная для всех,
Соревнованья начинаем
И твердо верим в наш успех!

Ведущий: Вот и познакомились с нашими командами. Пожелаем им успехов!

А сейчас, как и полагается, проведем разминку.

1. И.п. – широкая стойка, руки внизу. Руки вперед, вверх, вперед, вернуться в И.п. (6 раз)
2. И.п. – узкая стойка, руки на плечах. Поднять, согнутую правую (левую) ногу в колени, сделать хлопок под коленом, вернуться в И.п. (по 5 р.)
3. И.п. – широкая стойка, руки на поясе. Руки в стороны; наклон вперед, коснуться руками пальцев ног; выпрямиться, руки в стороны; вернуться в И.п. (5-6 раз)
4. И.п. – о.с., руки на поясе. Присесть, хлопнуть в ладоши перед собой, вернуться в И.п. (6 раз)
5. И.п. – о.с., руки на поясе. Прыжки – ноги в стороны и вместе. (8 прыжков, с чередованием ходьбы) (2 раза)

Ведущий: Команды на старт!

1. «Ходьба на ходунках»

Встать на ходунки, дойти до стойки, назад – бегом. Передать ходунки из рук в руки.

2. «Кто быстрее принесет флажок»

Флажок находится в обруче. Добежать до обруча, взять флажок, вернуться, передать другому. Следующий бежит до обруча кладет флажок и бежит обратно. Эстафету передает, дотронувшись до плеча следующего игрока.

3. «Волшебный обруч»

Обруч находится на середине дистанции. Добежать до обруча, пролезть в него, добежать до стойки, вернуться, передавая эстафету тем же способом, что и в предыдущей эстафете.

Ведущий: Молодцы! А сейчас, немножко отдохнем и поиграем.

Игра средней подвижности: «Поймай палку»

Дети стоят в кругу, в центре водящий, держит гимнастическую палку вертикально, на конце палки рука ребенка ладонью вниз. Водящий называет имя любого ребенка и одновременно поднимает руку вверх, тот ребенок, которого назвали, должен успеть поймать палку.

Ведущий: Молодцы! Поиграли, а теперь давайте продолжим наши соревнования. Команды на старт!

4. «Гонка обручей»

Дети стоят в колонне, перед направляющим лежит обруч. По сигналу ребенок берет обруч, пролезает в него, передает следующему. Последний ребенок отдает обруч направляющему.

5. Соревнование с клюшками.

Обвести мяч (д=6 см) между кеглями.

Игра средней подвижности «Слушай – танцуй».

Дети двигаются под музыку (танцуют). Музыка останавливается, играющие должны успеть замереть на месте в позе, которая пришлась на остановку в музыке. Снова звучит музыка, дети танцуют и т.д. (3 раза)

Звучит музыка разная по ритму. Во время движения под музыку дети не должны задевать друг друга.

Звучит спортивный марш, команды строятся в шеренги лицом друг другу.

Объявление результатов.

Ведущий: Желаю, чтоб крепкими, смелыми стали

И в космос далекий бесстрашно летали,

Чтоб вами Отчизна могла бы гордиться

Храбрости с детства надо учиться!

До новых встреч!

Аплодисменты друг другу (можно, чтоб команды пожали друг другу руки).