**Спортивный досуг «Веселые старты» для старшей группы**

Воспитатель: Ошнурова Т.Н.

**Цель:** Привлечь детей к здоровому образу жизни через спортивные развлечения.

**Задачи:**

Оздоровительные: пропагандировать здоровый образ жизни, способствовать укреплению опорно-двигательного аппарата.

Образовательные: совершенствовать двигательные умения и навыки детей в условиях эмоционального общения со сверстниками; формировать представление детей об оздоровительном воздействии физических упражнений на организм; обучать игре в команде.

Развивающие: развивать быстроту, силу, ловкость, меткость, умение ориентироваться в пространстве. Развивать интерес к спортивным играм.

Воспитательные: воспитывать в детях потребность в ежедневных физических упражнениях; развивать чувство товарищества, взаимопомощь, интерес к физической культуре.

Оборудование: кегли, мешочки с песком, обручи, дуги для подлезания, медали

**Воспитатель**

-На спортивную площадку.

Приглашаем дети вас

Праздник спорта и здоровья

Начинается сейчас!

-Спорт, ребята, очень нужен,

Мы со спортом очень дружим.

Спорт – помощник!

Спорт – здоровье!

Спорт – игра!

Физкульт – ура!

**Проводится игра: «Знакомство»**

Давай с тобой попрыгаем

Раз, два, три!

И ножками подрыгаем

Раз, два, три!

И ручками похлопаем

Раз, два, три!

И ножками потопаем

Раз, два, три!

Давай с тобой покружимся

Раз, два, три!

И мы с тобой подружимся

Раз, два, три!

***Эстафета «Хождение змейкой между предметами»*.**

Каждому ребенку в команде необходимо пройти змейкой между кеглями,

при этом их не задеть. У линии старта передают эстафету следующему.

Оценивается скорость и аккуратность детей в каждой команде.

**Эстафета *«Попади в цель»*.**

У каждого ребенка в руке мешочек с песком. Участникам необходимо

попасть мешочком в цель *(бросить его в обруч)*.

Оценивается общее число попаданий в каждой команде.

**Эстафета. « Смекалка»**

***ВОСПИТАТЕЛЬ:*** При выполнении следующего задания участникам нужно проявить смекалку, находчивость, сообразительность.

 ***Загадки:***

 **1)** Просыпаюсь утром рано

 Вместе с солнышком румяным

 Заправляю сам кроватку, быстро делаю …. зарядку

 **2)** Не обижен, а надут,

 Его по полю ведут.

 А ударят – нипочем

 Не угнаться за … мячом

 **3)** Этот конь не ест овса,

 Вместо ног два колеса.

 Сядь верхом, езжай на нем,

 Только лучше правь рулем. (Велосипед)

 **4)** Обе по снегу бегут,

 Обе песенки поют,

 Обе ленты на снегу

 Оставляют на бегу. (Лыжи)

**Эстафета: «Неваляшки»**

 В трех лежащих на полу обручах поставлено по одной кегле. Первый участник эстафеты бежит, рукой кладет кегли на пол, огибает круг и возвращается по прямой. Второй участник команды бежит и ставит кегли в обручи, огибает круг и возвращается бегом по прямой.

**Эстафета: «Пролезь в обруч»**

Перед каждой командой лежат по 3 обруча. Участникам необходимо добежать до обруча и пролезая через обручи добраться до дуг для подлезания, которых тоже три. Проползти под ними и бегом вернуться к своей команде.

**Эстафета**

*«Прыжки на двух ногах из обруча в обруч»*.

У каждой команды по 5 обручей. Необходимо как можно быстрее попрыгать

из обруча в обруч, при этом их не задеть.

Оценивается скорость и аккуратность детей.

***ВОСПИТАТЕЛЬ****:* Молодцы, ребята, обе команды справились с заданием быстро.

Вы сегодня все, ребята.

Были ловки и смелы,

И себя вы показали

С самой лучшей стороны.

А поэтому сейчас

Получаете призы.

*(вручение призов всем участникам)*