**Спортивное развлечение «Веселые старты»**

**для старшей и подготовительной группы.**

**Цель:** Укрепление здоровья детей через физические упражнения и подвижные игры.
**Задачи:**
**Оздоровительные:**
• сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье **детей**;
• способствовать развитию опорно-двигательного аппарата;
• создавать условия для удовлетворения естественной потребности детей в движении.
**Образовательные:**
• формировать у детей представление о здоровом образе жизни;
• развивать выразительность двигательных действий;
• формировать у детей элементарные знания и представления о разных видах движений и способах их выполнения;
• формировать и совершенствовать двигательные умения и навыки в играх-эстафетах, подвижных играх и основных движениях.
**Воспитательные:**
• развивать у детей интерес к играм-эстафетам и физическим упражнениям с использованием разных предметов;
• формирование у детей умения играть дружно, [согласовывая свои действия с действиями других](http://referad.ru/rukavichkig-a-cukerman/index.html); побуждать детей к самостоятельности и умению проявлять активность в играх и упражнениях.
**Предварительная работа:** подготовить спортивный зал , отметить старт и финиш, поставить ориентиры, подготовить все необходимые атрибуты.
**Инвентарь:** эстафетные палочки- 2шт., мяч- 2шт., гимнастические дуги- 2шт.,кегли- 2шт., ведро- 2шт., муляжи фрукты и овощи., обруч- 2шт., ленты синего и желтого цвета- по количеству детей.
**Ход мероприятия:**
Входят ребята парами и построение на две команды под речёвку:
**Ведущий:** Раз, два, три, четыре, пять
**Дети:** Начинаем выступать
**Ведущий:** Кто шагает нынче в ряд?
**Дети:** Из дошкольников отряд!
**Ведущий:** Сильные, смелые, ловкие, умелые,
**Дети:** Красивые, весёлые, здоровые, закалённые!
**Ведущий:** Скажем дружно мы сейчас,
**Дети:** Быть здоровым – это класс!
**Ведущий:** Мы расскажем вам ребята
**Дети:** Как здоровыми остаться!
**Ведущий:** В народе говорят: *«Нет ничего дороже здоровья»*. Вот и мы сегодня ещё раз поговорим про здоровье, про здоровый образ жизни. Скажите, что нужно делать, чтобы оставаться здоровым? *(ответ детей и родителей)*.
- Мы с вами знаем много правил, как оставаться здоровыми! А вы хотите быть здоровыми? *(ответы детей)*
**Вед:** Сегодня мы собрались в этом зале, чтобы провести спортивный **праздник *«Весёлые старты»*.** Ребята, вы любите спорт?

**Дети:** Да!
**Ведущий:** [Если хочешь быть умелым](http://referad.ru/esli-hocheshe-bite-bogatim-i-schastlivim-ne-hodi-v-shkolu/index.html), ловким, быстрым, сильным, смелым,
Научись любить скакалки
Мячи, обручи и палки!
Вот здоровья в чем секрет –
Будь здоров! **Физкульт -**
**Дети:** Привет!
**Ведущий:**
И так мы начинаем самую весёлую из всех спортивных и самую спортивную из всех весёлых игр – “Весёлые старты”! Участники соревнований будут состязаться в силе, ловкости, смекалке, быстроте!
-Давайте поддержим и поприветствуем наших участников.(хлопают)
-Перед Вами лучшие спортсмены   (представление команд и капитанов).
А судить наши соревнования будет жюри в составе.
**Представление жюри.**
А сейчас даём, слово судьям.
**Судья:** - сообщает, что за каждый выигрыш команде будет присуждено 1 очко;
- что разрешается родителям участвовать в играх и эстафетах;
- что будут сниматься очки за несоблюдение правил;
- и наоборот, поощрять за культурное поведение, выдержку, взаимовыручку в команде;
- что главный девиз праздника *«Один за всех, - и все за одного»*
Какая  из  команд окажется самой быстрой, самой ловкой. Самой находчивой
и, конечно, самой, дружной, это- мы, скоро, увидим.
Чтобы добиться хороших результатов  в соревнованиях, вам, ребята, надо не унывать и не зазнаваться. Я желаю вам, ребята, больших успехов в предстоящих соревнованиях, желаю побед, и всем командам: – Физкульт!
**Дети:** Привет!
**Ведущий:** Команды обязуются соревноваться!
**Все**: честно, по правилам!
А теперь небольшая разминка!
Каждый день по утрам делаем зарядку!
Очень нравится нам всё делать по порядку:
Весело шагать, (маршируют)
Руки поднимать (упражнения для рук)
Приседать и вставать  (приседают)
Прыгать да скакать  (прыгают)
Здоровье в порядке  - спасибо зарядке!
**Ведущий:**
-Чтоб проворным стать атлетом
Вам эстафета!!!
Будем бегать быстро, дружно
Победить вам очень нужно!
**Эстафета № 1.**
**Инвентарь:** эстафетные палочки.
**Описание:** первый [участник берет в руки эстафетную палочку](http://referad.ru/vejs-t-e-rannij-detskij-autizm/index.html), бежит, обегает стойку и возвращаясь к команде передает эстафету следующему участнику. Побеждает команда, закончившая эстафету первой.
**Эстафета № 2 *«Передача мяча»*.**
**Инвентарь:** мяч.
**Описание:**каждая команда выстраивается в шеренгу. У первого мяч в руках. Он должны передать мяч двумя руками через голову сзади стоящему. Выигрывает та команда, которая быстрее передаст мяч.
**Ведущий:** Молодцы! Замечательно справились с заданием.
**Эстафета № 3 *«Полоса препятствий»***
**Инвентарь:** дуги, кегли.
**Описание:** первый участник в команде пролезает под гимнастической дугой, затем оббегает кегли змейкой, возвращается, передаёт эстафету следующему участнику.
**Эстафета №4. *«Витамины на столе»***
**Инвентарь:** ведра, обручи, фрукты и овощи.
**Описание:**первый игрок с ведром с фруктами и овощами подбегает к обручу раскладывает их, второй собирает фрукты и овощи в ведро и т. д.
**Эстафета №5. *«Найди свой цвет»***
**Оборудование:** ленточки синего и желтого цвета.
**Описание:**дети врассыпную ходят по залу. Ленточки в руках у взрослых игроков команд. По сигналу ведущего игроки должны встать рядом со своим взрослым и выполнять задания
- в колонну
- в круг
- на корточки.
**Ведущий:** Это была последняя эстафета, прошу жюри подсчитать баллы, а мы с вами отдохнем все вместе! Я вам буду называть правила, если вы со мной соглашаетесь, то хлопайте в ладоши. Если не согласны, то топайте ногами.
- Перед едой надо всегда мыть руки с мылом.
- Надо меньше двигаться.
- Надо есть продукты, которые полезны для здоровья.
- [Когда кушаешь можно разговаривать](http://referad.ru/uroki-miloserdiya-v2/index.html), глотать не пережёванную пищу.
- Есть надо медленно.
- Закаляться вредно.
- Зубы чистить два раза в день.
- Очень вредно полоскать рот после еды.
- Полезно пить газировку, есть чипсы и жирную пищу.
- Соблюдать режим.
- Плохо дышать свежим воздухом.
- Хорошо ходить с плохим настроением, грустить, плакать.
Научись его ценить!
Эти правила важны,
Вы запомнить их должны!
Будьте здоровы!
**Ведущий:** Молодцы ребята, но у меня еще есть для вас загадки, но загадки не простые, а спортивные! Н у, что? Начнем?
Просыпаюсь утром рано,
Вместе с солнышком румяным,
Заправляю сам кроватку,
Быстро делаю … **(Зарядку)**
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)**
Сижу верхом не на коне,
А у туриста на спине. **(Рюкзак)**
По пустому животу
Бьют меня — невмоготу!
Метко сыплют игроки
Мне ногами тумаки. **(Футбольный мяч)**
Когда весна берет свое
И ручейки бегут звеня,
Я прыгаю через нее,
Ну, а она — через меня. **(Скакалка)**
Ноги в них быстры и ловки.
То спортивные... **(Кроссовки)**
**Ведущий:** Для подведения итогов предоставляем слово нашему замечательному жюри
Слово жюри (вручение дипломов, подарков)
**Ведущий:** И вот подводим мы итоги,
Какие б ни были они.
Со [спортом будем мы дружить](http://referad.ru/urok-privet-portret/index.html),
И нашей дружбой дорожить.
И станем сильными тогда.
Здоровыми, умелыми,
И ловкими, и смелыми.
-Занимайтесь спортом, укрепляйте своё здоровье, развивайте силу и выносливость! Будьте здоровы, до новых встреч!