**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!