**МДОУ Старомайнский детский сад №5**

**Р.п. Старая Майна**

**Конспект**

**физкультурногого досуга**

**в разновозрастной старшей группе**

**«Веселые старты»**

**Подготовили воспитатели:**

**Салихова Н.А.**

**Сверчкова Л.К.**

**2020г**

**Физкультурный досуг в старшей группе: «Веселые старты»**

**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: 2 мяча, 2 факела, 6 обручей, 8 кеглей, 6 дуг для подлезания, картинки с изображением видов спорта, медали и дипломы, аудиозаписи (для проведения эстафет), воздушные шары для украшения зала.

***ВОСПИТАТЕЛЬ:*** Ребята!  Я  хочу пригласить вас принять участие в «Веселых стартах». Хотите? Да! Хорошо!  А вот скажите мне, вы любите физкультуру? Да! Для чего надо заниматься физкультурой? (ответы детей).   А играть, любите? Да! А болеть? Да нет же, это не когда голова и горло болят, а когда идут соревнования и надо болеть за своих ребят. Понятно? Давайте потренируемся. Покажите, как вы умеете хлопать в ладоши. Громче! Здорово! А ногами топать вы умеете? Молодцы! А теперь и топаем, и хлопаем. Просто замечательно! И теперь я приглашаю вас в спортивный зал.

Воспитатель вместе с детьми поднимается в спортивный зал.

Под звуки спортивного марша и аплодисменты зрителей команды (вместе с воспитателем) входят в зал одной колонной, проходят круг почета, выстраиваются в две шеренги напротив друг друга.

***ВОСПИТАТЕЛЬ:*** Вот мы и пришли в спортивный зал.  
Мы собрались в этом большом, светлом зале,

 Чтобы провести «Веселые старты»:

 Все хотят соревноваться,

 Пошутить и посмеяться,

 Силу, ловкость показать.

 Этой встрече все мы рады.

 Собрались не для награды.

 Нам встречаться чаще нужно,

 Чтобы все мы жили дружно!

 Я посмотрю, как вы умеете играть, веселиться, прыгать и скакать. Хочу предложить вам поиграть в игру, во время которой можно сильно подружиться. И сейчас вы сами в этом убедитесь.

**Проводится игра: «Разминка»**

***ВОСПИТАТЕЛЬ:*** Молодцы! Вот мы стали еще дружнее!

 Чтобы праздник наш начать

 В нем участие нужно принять.

 Каждый должен свои силы

 Свою ловкость показать

 Быть здоровым и веселым

 И конечно не скучать.

***ВОСПИТАТЕЛЬ:*** А сейчас посмотрим, кто из вас самый внимательный.

**Проводится игра на быстроту внимания «Стоп!»**

Дети легким бегом передвигаются по залу, на сигнал «Стоп!», прыжком на две ноги должны остановиться.

Хорошо! А вот еще игра на внимание и прыгучесть.

**Эстафета: «Тараканьи  бега»**

В забеге участвуют два участника.

Один встаёт на четвереньки, а второй обнимает его за талию. Всего 6 лапок. При такой конструкции надо постараться развить большую скорость.

**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: «Пронеси факел»**

У каждой команды – факел.  Необходимо каждому участнику пронести факел, обежать кегли и передать другому.

***ВОСПИТАТЕЛЬ:*** Все отлично справились с заданием – молодцы!

**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.

***ВОСПИТАТЕЛЬ****:* Молодцы, обе команды справились отлично. Не устали: ждем следующее задание?

Еще не чемпионы мы,

Еще мы дошколята.

Растем мы все спортсменами,

Мы – дружные ребята!

**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.

***ВОСПИТАТЕЛЬ:***  отлично, все – молодцы. Но это еще не все. Приступаем к следующему заданию?  Команды готовы?

Вот, ребята, вам мячи,-

Тренируйтесь ловкачи.

Кто быстрее  донесет,

Приз команде принесет.

**Эстафета:  «Кенгуру»**

Мяч прячется под одежду на животе.  Придерживая мяч руками, нужно прыгать вперед, огибая кегли, назад к команде – бегом, передача эстафеты – хлопок.

***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)*

Вот и закончился наш праздник. Спасибо всем, всем, кто пришел к  нам с хорошим настроением и добрым отношением к детям.                                          Все участники команд показали свою ловкость, силу, быстроту. А главное – получили заряд бодрости и массу положительных эмоций!  Занимайтесь спортом, укрепляйте своё здоровье, развивайте силу и выносливость! Перед тем, как с вами попрощаться мы хотим вам пожелать:

Крепкого здоровья, почаще улыбаться и никогда не унывать!

Спорт, ребята, очень нужен,

 Мы со спортом очень дружим.

 Спорт – помощник!

 Спорт – здоровье!

 Спорт – игра!

 Физкульт-ура!

***Вместе***: До свидания! До новых встреч.