

## Конспект спортивного досуга в старшей группе «Весёлые старты»

Воспитатель: Порошина Н.В.

Задачи:

Обучающие: формировать у детей знания о здоровом образе жизни, что спорт помогает быть здоровым. Закрепить навыки выполнения спортивных, циклических упражнений (*бег прыжки, ходьба*)

Развивающие: развивать двигательную активность, силовые качества, положительный эмоциональный настрой.

Воспитательные: воспитывать желание быть здоровым, заниматься спортом, закаляться, сопротивляться болезням. Воспитывать такие качества, как товарищество, дисциплинированность.

Материалы и оборудование: Обручи, две корзины, мешочки с песком, канат, гимнастические палки, кубики, две дуги для подлезания, погремушки, два мяча.

Ход досуга:

Воспитатель: Быть здоровым, это значит не болеть, заниматься спортом, закаляться! А еще не сидеть на месте, чаще двигаться. И сегодня у нас *«Весёлые старты»*. В игре принимают участие две команды: *«Быстрые ребята»*, *«Проворные девочки»*.

Чтоб расти и закаляться,

Будем спортом заниматься!

Закаляйся, детвора!

В добрый час! Физкульт – ура!

Воспитатель: Чтобы команда победила, ее участники должны быть очень дружными, уметь выполнять упражнения вместе, сообща. И начнём мы с разминки.

Разминка.

Каждой команде по очереди загадываются загадки, за каждый правильный ответ команда получает жетон.

Костяная спинка

Жесткая щетинка

С пастой мятной дружит

Нам усердно служит (*Зубная щетка*)

Хожу, брожу не по лесам,

А по усам и волосам.

А зубы у меня длинней,

Чем у волков и медведей! (*Расческа*).

Ускользает, как живое,  
Но не выпущу его я!  
Дело ясное вполне-  
Пусть отмоет руки мне! (*Мыло*)  
Резинка Акулинка  
Пошла гулять по спинке.  
И пока она гуляла,  
Спинка розовою стала. (*Мочалка*)  
Первое задание «*Кто быстрее*»  
С погремушкой в руках пробежать змейкой между кубиками и передать эстафету следующему участнику.  
Второе задание «*Передай мяч*»  
Игроки каждой команды выстраиваются в колонну по одному. По сигналу ведущего капитаны команд, стоящие впереди, передают мяч над головой стоящим сзади них, те передают дальше, пока мяч не получит последний игрок команды. Получив мяч, он бежит вперед своей команды, становится первым и передает мяч над головой и т. д.  
Игра продолжается до тех пор, пока капитан не станет снова первым и не поднимет руки вверх с мячом. Выигрывает команда, которая первой закончит эстафету.  
Третье задание «*Попади в цель*»  
Нужно забросить мешочек с песком в корзину. Победит та команда в чьей корзине больше мешочков.  
Четвёртое задание «*Полоса препятствий*»  
Перешагивание через палки, подлезание под дугу и возвращение в свою команду.  
Пятое задание «*Сквозь игольное ушко*»  
По сигналу участники прыгают на двух ногах, двигаясь вперед. Допрыгав до обруча, пролазят в него, и возвращается обратно.  
Воспитатель:  
А теперь беремся за канат,  
Кто сильнее из ребят?  
Тот, кто перетянет,  
Самым сильным станет!  
Шестое задание «*Перетяни канат*»  
Взявшись за канат, стараются перетащить его на свою сторону. Выигрывает команда, перетянувшая канат за свою линию.  
Воспитатель:  
Все команды хорошо играли,  
все сразу здоровые стали!  
Всем известно, всем понятно,  
то здоровым быть приятно.  
Только надо знать, как здоровым стать.  
С кем, ребята, вы дружны,  
Знать об этом вы должны.

Воспитатель подсчитывает жетоны и объявляет победителей.

Воспитатель:

Вот настал момент прощания.

Всем спасибо за внимание!

за задор и звонкий смех!

за огонь соревнования,

обеспечивающий успех!

Дети получают призы.