

СП ДС «Золотой петушок» ГБОУ СОШ №2 п.г.т.Усть-Кинельский

**СПОРТИВНОЕ РАЗВЛЕЧЕНИЕ
«ВЕСЕЛЫЕ ЭСТАФЕТЫ»
для детей старшего дошкольного возраста**

Инструктор по физической культуре:
Вавилова Ж.А.

п.г.т.Усть-Кинельский

Цель: повысить интерес к физической культуре и здоровому образу жизни.

Задачи:

- Активизировать двигательную деятельность детей, развивать быстроту, ловкость, координацию движений, ориентировку в пространстве
- Прививать любовь к спорту и физической культуре;
- Развивать выдержку и внимание в играх и эстафетах;
- Создать радостное эмоциональное настроение.

Оборудование: магнитофон, музыкальные диски, свисток, кегли, мячи среднего размера, обручи 8, ворота для подлезания 2.

Ход

Дети выходят под марш и строятся в шеренгу в спортивном зале.

Инструктор: Здравствуйте, ребята! Очень рада видеть всех на спортивных соревнованиях! Я не зря сейчас с вами поздоровалась, так как слово «здравствуйте» означает пожелание каждому из вас здоровья.

- Ребята, а для того чтобы быть здоровым, что нужно делать и чем заниматься? Ответы детей.

1. Чтоб здоровым быть сполна

Физкультура всем нужна.

Для начала по порядку-

Утром сделаем зарядку!

И без всякого сомненья

Есть хорошее решенье –

Бег полезен и игра

Занимайся детвора!

Инструктор: Ребята желаю каждой команде не только побед, но и бодрого настроения в течение всех состязаний, а также, чтобы участие в эстафетах стало полезным в укреплении вашего здоровья. Но любые спортивные дистанции начинаются с разминки. Мы тоже не будем отставать от традиций и сделаем музыкальную разминку. Повторяйте за мной и не забывайте

улыбаться, ведь улыбка тоже укрепляет наше здоровье и помогает настроиться на победное настроение.

Музыкальная разминка «Двигайся, замри!»

Инструктор: Молодцы! Ну, что ж, разогрелись и пора нам переходить к самому интересному - эстафетам! Команды, приготовиться к забегам, занять свои места!

Под музыку команды выходят на площадку и строятся в 2 колонны

Инструктор: Чтоб проворным стать атлетом
Проведем мы эстафеты.
Будем бегать быстро, дружно
Победить нам очень нужно!

Инструктор: Быстроту и ловкость, а также правильность выполнения эстафет будет оценивать компетентное жюри: ____

Поприветствуем их! (звучат аплодисменты)

Эстафеты

1. Эстафета «Извилистый бег». Спортивное оборудование: кегли. Исходная позиция команды: в колонну по одному.

Правила эстафеты: по команде ведущего участники по очереди бегут по заданной дистанции, оббегая змейкой кегли туда и обратно. Победившей считается команда, первой справившейся с заданием.

2. «Прыжки на двух ногах с мячом, зажатыми ногами»

Каждый ребенок в команде зажимает мяч между колен и прыгает до финишной прямой, стараясь не уронить мяч. Обрато возвращается бегом. У линии старта передает эстафету следующему касанием руки.

3. Эстафета "Бег в обруче парами" На линии старта пара детей одевает обруч. По сигналу бежит с ними до поворотного флажка и возвращается назад, передав обруч следующей паре.

Инструктор: Приглашаю участников показать свою смекалку – отгадать загадки о спорте.

Михаил играл в футбол
И забил в ворота (Гол).

Просыпаюсь утром рано
Вместе с солнышком румяным
Заправляю я кроватку,
Быстро делаю ... (Зарядку).

Упадет – поскачет,
Ударишь не плачет,
Он всегда несется вскачь,
Разноцветный круглый (Мяч)

На снегу две полосы,
Удивились две лисы,
Подошла одна поближе:
Здесь гуляли чьи-то (Лыжи)

Мне загадку загадили:
Это что за чудеса?
Руль, седло и две педали,
Два блестящих колеса.
У загадки есть ответ,
Это мой (Велосипед)

Каждый вечер я иду,
Рисовать круги на льду,
Только не карандашами
А блестящими ... (Коньками)

Вы подумайте, ребятки.
На чем спортсмены – мастера
Скачут с самого утра?
И с разбегу и на месте,
И двумя ногами вместе
Саши, Лены и Наталки

Крутят весело ... (Скакалки)

Силачом я стать хочу,
Прихожу я к силачу:
Расскажите вот о чем –
Как вы стали силачом?
Улыбнулся он в ответ:
Очень просто. Много лет
Ежедневно встав с постели
Поднимаю я ... (Гантели)

4. Эстафета «По кочкам». Прыжки из обруча в обруч (3 обруча на расстоянии 1м друг от друга).

5. Эстафета «Перенеси предмет». Перед командой лежит обруч, в нем мячи (5-6), по команде ведущего дети передают мячи над головой, а последний складывает их в обруч в конце команды.

6. Эстафета «Переправа». Добежать до кегли; подлезть под ворота и бегом вернуться обратно.

Инструктор: Молодцы ребята, справились с заданиями, а сейчас мы попросим жюри подсчитать результаты соревнований.

А мы пока поиграем в игру: **«Это я, это я это все мои друзья».**

Кто ватагою веселой
Каждый день шагает в садик (это я, это я это все мои друзья)

Кто любит маме «помогать»?
По дому мусор рассыпать? (топают ногами).

Кто из вас не ходит хмурый,
Любит спорт и физкультуру? (Это я....)

Кто из вас из малышей,
Ходит грязный до ушей? (топают ногами).
Кто одежду бережет?
Под кровать её кладет? (топают...)

Кто ложится рано спать?
В ботинках грязных на кровать? (топают...)

Кто любит в группе отвечать?
И наклейки получать? (это я..)

Инструктор: Вот наступил самый приятный и волнующий момент, и мы предоставляем слово для подведения итогов соревнований председателю жюри.

Объявление результатов, награждение участников всех команд грамотами и призами.

Инструктор: А сейчас наши замечательные спортсмены совершат Круг почета.

Звучит марш. Круг почета.

Инструктор: Сегодня на наших соревнованиях нет проигравших – выиграли все, т. к. соревнования помогли детям подружиться со спортом. Победила дружба.

Закончились соревнования, но дружба дошкольников с физкультурой продолжается.