

## **Конспект спортивного досуга «Игры- забавы» в старшей группе**

**Цель:** формировать интерес к спортивным играм и развлечениям, вызвать положительные эмоции.

### **Задачи:**

- формировать привычку к здоровому образу жизни
- совершенствовать двигательные умения и навыки детей в непринуждённой обстановке, обеспечивать необходимую ребёнку двигательную активность.
- сохранять и укреплять физическое и психологическое здоровье детей;
- воспитывать организованность, самостоятельность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

**Оборудование:** 2 мешочка, 4 обруча, 6 конусов, 2 платочка, 2 мяча.

### **Ход досуга:**

**Воспитатель:** Собрались мы с вами на центральной площадке, чтоб весёлыми играми, эстафетами встретить лето. Пусть солнышко увидит вас весёлыми, закаленными, ловкими, умелыми. Итак, мы начинаем спортивное развлечение!

### **Разминка «Повторяй» (Дети повторяют то, о чём говорит воспитатель)**

Раз, два – хлопай, хлопай.

Раз, два – топай, топай.

Раз, два – улыбнись,

Три, четыре – потянись.

Высоко попрыгали, ножками подрыгали,

Крикнули «Привет» друг другу.

Повернулись все по кругу.

Вправо, влево наклонись

и друг другу поклонись.

А теперь коленки вместе, начинаем бег на месте.

Быстро, быстро побежали, всё закончили, устали.

**Воспитатель:** Молодцы! Все размялись, а теперь переходим к эстафетам!

### **1 эстафета «Правильная осанка»**

Участники делятся на две команды. Первый участник берет мешочек с песком, кладёт на голову, руки в стороны. И таким образом идет быстрым шагом **змейкой** до стойки, огибает ее и возвращается назад, сохраняя при это правильную осанку. Передаёт мешочек следующему. Итак, пока все участники не пробегут.

**Воспитатель:** - Ребята, отгадайте загадку:

Я кручу его ногой,

И на шее и рукой.

И на талии кручу

И ронять я не хочу.

**Дети:** Обруч.

### **2. эстафета с обручем «Самый ловкий»**

Играющие строятся в 2 колонны (перед каждой чертят линию). На расстоянии 6 и 8 м от колонн кладут по одному обручу. По команде игроки, стоящие в колонне первыми, бегут к обручам, поднимают их вверх, пролезают через них, кладут на место и бегут к своей колонне, дотрагиваются до руки следующего ребенка и становятся в конец колонны. Каждый последующий выполняет то же самое задание. Выигрывает команда ребят, быстрее выполнившая задание.

### **3. Игра - эстафета «Веселый платочек».**

Нашим командам необходимо разбиться по парам. Каждая пара берут платок за уголки. На середину платка кладут мячик и несут вместе, обходят ориентир и бегут обратно передавать эстафету другой паре.

**Воспитатель:** Ребята, а вы любите отгадывать загадки?

**Дети:** Да!

**Воспитатель:** Тогда слушайте внимательно и отгадывайте!

Болеть мне некогда, друзья,

В футбол, хоккей играю я.

И очень я собою горд,

Что дарит мне здоровье... (*спорт*)

Любого ударишь –

Он злится и плачет.

А этого стукнешь –

От радости скачет! (*мяч*)

Я его кручу рукой,

И на шею и ногой,

И на талии кручу,

И ронять я не хочу. (*обруч*)

Воспитатель: Молодцы! Правильно всё отгадали! Продолжаем дальше наши эстафеты.

#### **4. эстафета «Прокати мяч»**

Команды выстраиваются в колонны по одному. Перед первым игроком каждой команды лежит волейбольный или набивной мяч. Игроки ведут мяч по земле вперед руками. При этом мяч разрешается толкать на расстоянии вытянутой руки. Обогнув поворотный пункт, игроки возвращаются так же к своим командам и передают мяч следующему игроку. Выигрывает та команда, которая справится с заданием.

#### **5. эстафета «Возьми мяч из обруча»**

Встречная эстафета. Первый участник бежит «змейкой» между конусами. Берет мяч из обруча, обратно бежит по прямой, передает мяч второму и встает последним. Второй бежит «змейкой» через конусы, кладет мяч в обруч и бежит обратно по прямой. Эстафету передает хлопком по плечу и встает последним.

**Воспитатель:** И напоследок поиграем с вами в игру малой подвижности «Затейники»

**Цель.** Учить детей согласовывать свои действия с действиями своих товарищей, развивать находчивость, фантазию.

**Ход игры.**

Дети становятся в круг. Одного из играющих воспитатель назначает затейником. Он находится в середине круга. Дети идут по указанию воспитателя вправо или влево под следующий текст:

**Ровным кругом, друг за другом**

**Мы идем за шагом шаг.**

**Стой на месте, дружно вместе**

**Сделаем... вот так.**

По окончании текста дети становятся на расстоянии вытянутых рук.

Затейник показывает какое-нибудь движение, и все стоящие по кругу повторяют его. Затем воспитатель сменяет затейника или затейник выбирает кого-нибудь вместо себя, и игра продолжается. Каждый затейник сам должен придумывать движения и не повторять тех, которые уже показывали до него.

**Воспитатель:** Молодцы ребята! Вы очень постарались. Справились со всеми заданиями. Были быстрыми, ловкими! Победила дружба!

Скажите, вам понравилось? Что было самое сложное? А самое интересное?

(Ответы детей)