

## Конспект спортивного развлечения «Весёлые старты» в подготовительной группе

Цель: Сохранение и укрепление здоровья детей, развитие у них интереса к физической культуре.

Задачи:

- Способствовать укреплению опорно-двигательного аппарата;
- Формировать двигательные умения и навыки, обучать игре в команде;
- Развивать интерес к спорту, к эстафетам, к подвижным играм;
- Закреплять умение действовать в эстафетах согласно правилам;
- Вызвать эмоциональный отклик на воображаемые действия, учить взаимодействовать в коллективе.

Материалы и оборудование: 2 гимнастической палки, 2 конуса, 2 обруча, 2 кегли, канат, 6 кубиков.

### Ход развлечения

**Воспитатель:** Ребята, а вы любите заниматься спортом? Играть? Соревноваться?

Дети: Да.

**Воспитатель:** Сегодня у нас состоится «Веселые старты» вы покажете друг другу, какие вы быстрые, ловкие, смелые, а самое главное дружные. Ведь только дружная команда может победить.

Но для того чтобы нам начать соревнования, нам нужно разогреться.

Разминка «*Будем прыгать и скакать!*».

Раз, два, три, четыре, пять!

Будем прыгать и скакать! (*Прыжки на месте.*)

Наклонился правый бок. (*Наклоны туловища влево-вправо.*)

Раз, два, три.

Наклонился левый бок.

Раз, два, три.

А сейчас поднимем ручки (*Руки вверх.*)

И дотянемся до тучки.

Сядем на дорожку, *(Присели на пол.)*

Разомнем мы ножки.

Согнем правую ножку, *(Сгибаем ноги в колене.)*

Раз, два, три!

Согнем левую ножку,

Раз, два, три.

Ноги высоко подняли *(Подняли ноги вверх.)*

И немного подержали.

Головою покачали *(Движения головой.)*

И все дружно вместе встали. *(Встали.)*

**Воспитатель:** Ну что, начинаем наши веселые старты. Но прежде чем приступить к эстафетам, нам нужно поделиться на команды.

Команды готовы? Тогда приступим к первому испытанию.

#### **Эстафета «Наездники».**

Команды стоят в колоннах. Первые два участника держат гимнастическую палку между ног. По сигналу начинают бег до конуса, оббегают её, возвращаются и передают гимнастическую палку следующей паре

**Воспитатель:** Молодцы ребята! Ловко справились с этим заданием. И следующее испытание называется

#### **Эстафета «Сиамские близнецы».**

Два участника встают друг к другу спиной и крепко сцепляются руками. Бегут они боком до конусов, оббегают их и так же обратно. Спины игроков должны быть плотно прижаты друг к другу.

**Воспитатель:** а теперь немного отдохнем-отгадайте **загадки**.

Просыпаюсь утром рано,  
Вместе с солнышком румяным,  
Заправляю сам кроватьку,  
Быстро делаю ... **(Зарядку)**

Сижу верхом не на коне,  
А у туриста на спине. **(Рюкзак)**

По пустому животу  
Бьют меня — невоготу!  
Метко сыплют игроки  
Мне ногами тумачи. (**Футбольный мяч**)

Когда весна берет свое  
И ручейки бегут звеня,  
Я прыгаю через нее,  
Ну, а она — через меня. (**Скакалка**)

**Воспитатель:** Молодцы, отгадали все загадки! Продолжаем наши испытания.

### **Эстафета «Неваляшки».**

В лежащих на полу обручах поставлено по одной кегле. Первый участник эстафеты бежит, рукой кладет кеглю на пол (в обруче), и возвращается по прямой. Второй участник команды бежит и ставит кеглю в обруч, и возвращается бегом по прямой обратно. Победит тот, кто быстрее выполнит задание.

### **Эстафета «Удержи равновесие».**

Каждая команда получает по три кубика. Надо поставить кубики один на другой и, взявшись за нижний кубик, пронести их по всему маршруту вперед и назад.

**Воспитатель:** Молодцы ребята, справились с такими интересными эстафетами, но у нас есть для вас еще одно задание!

### **Эстафета «Перетягивание каната».**

Дети, оставаясь в своих командах, встают на против друг друга, по сигналу воспитателя дети тянут канат.

**Воспитатель:** Вот и закончился наши веселые старты. Все участники команд показали свою ловкость, силу, быстроту, а главное – получили заряд бодрости и массу положительных эмоций!

Ну и давайте сыграем в игру:

### **Подвижная игра «Карась и Щука»**

**Цель:** Развивать у детей координацию движение, умение быстро и ловко бегать

**Правила игры:** Один ребенок выбирается щукой. Остальные играющие делятся на две группки: одна из них – камешки – образует круг, другая – караси, которые плавают внутри круга.

**По сигналу воспитателя:** «*Щука!*» - она быстро вбегает в круг, стараясь поймать карасей. Караси спешат поскорее занять место за кем-нибудь из играющих и присесть (караси прячутся от щуки за камешки). Щука ловит тех карасей, которые не успели спрятаться. Пойманные ребята уходят за круг.

Воспитатель: Скажите ребята, что для вас было самое тяжелое? А самое интересное? А чему-то новому научились? Молодцы!