

*Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение*

*МБДОУ детский сад №6 с. Садовое*

**Физкультурный досуг**  
**«Веселые старты»**

**в разновозрастной группе «Сказка»**

**старшая группа**

**5-6 лет**

**подготовительная к школе группа**

**6-7 лет**

Провела

воспитатель

I квалификационной категории

Чечелева Н.А.

ноябрь 2019 г.

**Цель:** повышать двигательную активность.

**Задачи:**

- Развитие физических качеств и развитие личности ребенка на основе овладения физической культурой.
- Развитие волевых качеств, стремление выполнить задание быстро и точно.
- Воспитание *«здорового духа соперничества»*.
- Воспитание чувства коллективизма, товарищества, взаимовыручки.

**Оборудование:**

- фитболы 2 шт.
- обруч 4 шт.
- колпачки (*ориентеры*) 10 шт.
- мешочки для метания 10 шт.

**Ход досуга:**

Дети маршем обходят зал. Построение в шеренгу. Деление на две команды.

**Воспитатель:** Дети! Мы начинаем самую веселую из всех веселых и самую спортивную из всех спортивных игр - *«Веселые старты»*. И наш спортивный зал превратится в веселый стадион! Сегодня мы будем соревноваться в ловкости, скорости и выносливости! Но это не самое главное: наша цель – это хорошее настроение, позитивный настрой, здоровый образ жизни и активный отдых! Я призываю команды к честной спортивной борьбе и желаю всем успеха!

Перед началом соревнований познакомьтесь с нашими правилами.

- бежать только в указанном направлении — стартовать только по команде судьи — уважать соперника – не толкаться! — соблюдать спортивную дисциплину!
- оцениваться будет не только быстрота, но и качество выполнения задания.

**Воспитатель:** На любые соревнования нужно настроиться. Перед нашими веселыми стартами сделаем разминку. Встаньте в большой круг. (*Воспитатель показывает несколько разминочных упражнений: выпады, наклоны, повороты, бег на месте и т. д. Дети выполняют упражнения.*)



**Воспитатель:** Итак, приступим к стартам!

1. Эстафета: *«Бег с препятствиями»*



2. Эстафета: *«Змейка»*

**Воспитатель:** Эта эстафета требует от команды слаженных действий и взаимопомощи. От того как дружно действует команда — зависит ваш успех.

*( Дети стоят в колонне. Первый участник команды ставит ноги шире плеч, второй участник ползет по — пластунски между ног первого участника и*

*встает перед ним, также ставит ноги шире плеч. Первый участник кладет руки ему на плечи. Третий участник команды проползает уже под двумя первыми участниками и т. д. Так команда двигается до ориентира.)*



### 3. Эстафета: «**Перекасти фитбол**»

*( Перекатывать фитбол двумя руками, змейкой между колпачками ориентирами. Всего 3 ориентира.*



#### 4. В шеренге: «Гонка обруча»

(Дети стоят в шеренге. Первый участник продевает через себя обруч и отдает второму участнику. Второй – продевает обруч через себя и передает следующему. В это время, первый участник, передав товарищу один обруч - берет следующий и т. д. Всего используют 4 обруча.



#### 6. «Эстафета с мешочками»

(Дети в колонне. По сигналу - бежит к обручу, в котором лежат мешочки с песком. Бросает мешочек в другой обруч).

#### 7. «Перепрыжки»

(Дети стоят в колонне. Первый участник по сигналу прыгает в длину с места. Делается отметка по пяткам. Второй участник начинает прыгать от отметки. И так все участники по очереди. Побеждает команда, которая продвинулась вперед.)



Ведущий: Это был последний старт.

**Воспитатель:** Пора подвести итог.

( Подсчет флажков, приветствие победителям, награждение сладкими призами).

**Воспитатель:** Дети! Вы показали свою ловкость, силу, быстроту. А главное получили заряд бодрости и массу положительных эмоций! Занимайтесь спортом, укрепляйте свое здоровье, развивайте силу и выносливость!

«Перед тем как попрощаться,  
Я хочу вам пожелать:  
Всем почаще улыбаться,  
Никогда не унывать!»

Дети маршем выходят из зала.