

Спортивное развлечение «Веселые старты»

в средней группе.

Инструктор по физической культуре
Червоная Анна Геннадьевна -2020 г

Программное содержание:

1. Привлечь детей к здоровому образу жизни через спортивные развлечения.
2. Развивать интерес к спортивным играм, укреплять здоровье детей.
3. Развивать быстроту, ловкость, умение самостоятельно выполнять задание.
4. Воспитывать коллективизм, умение играть в команде, соперничать.

Инвентарь:

2 мяча, 2 обруча, 2 погремушки, кегли, флажки, кубики, руль, эмблемы каждой команде, музыкальное сопровождение.

Ход мероприятия:

Дети входят под музыку в зал, строятся в одну шеренгу.

Ведущий: Ребята, нужно заниматься физкультурой и спортом, так как люди становятся сильнее и здоровее.

На спортивную площадку
Приглашаем всех сейчас
Праздник спорта и здоровья
Начинается у нас.

Ведущий: Спорт, ребята, всем он нужен
Мы со спортом крепко дружим
Спорт – помощник,
Спорт – здоровье,
Спорт – игра.
Всем участникам – ФИЗКУЛЬТ-УРА!

Стихи.

Чтобы сильным, ловким быть
Надо с солнышком дружить.
Утром раньше всех вставать
И зарядку выполнять.

2. Все мы любим физкультуру
Любим бегать и скакать.

Умываться тоже любим
Любим песни петь, играть.

3.Чтоб расти и закаляться
Не по дням, а по часам.
Физкультурой заниматься
Заниматься надо нам.

4.Чтоб с болезнями не знаться,
К докторам не обращаться,
Чтобы сильным стать и смелым
Быстрым, ловким и умелым,
Надо с детства закаляться
И зарядкой заниматься.
Физкультуру всем любить
И со спортом в дружбе быть.

Ведущий: Дети, сегодня я приглашаю вас отправиться в путешествие. А поедем мы на том, что я сейчас загадаю, дети строятся в две команды

Не летит, не жужжит,
Жук по улице бежит.
Носит обувь из резины
И питается бензином (*машина*)

Правильно! Мы сегодня отправимся в путешествие на машине. Покажите, как сигналиит машина.

Игра-имитация «Мы шоферы».

А сейчас мы оставим машину и построимся в две команды.

Ведущий: Сегодня команды самых ловких, сообразительных и умных ребят, докажут в честном и открытом поединке, что они достойны звания «Чемпионы!»

Ведущий: Сегодня на нашей площадке в соревнованиях «Веселые старты» встречаются команды воспитанников средней группы.

Команды «Звездочки» и «Дружба».

Ведущий: Команда «Звездочки» ваш девиз?

- «Мы Звезды! Всегда мы будем впереди!»

Ведущий: Команда «Дружба» ваш девиз?

- «У нас есть правило одно: один за всех и все за одного!»

Ведущий: Пожелаем успеха обеим командам в предстоящих соревнованиях и перейдем к нашему первому конкурсу.

Но прежде чем начать соревнования, проведем разминку под музыку.

Эстафета.

1. Дети стоят в колонне по одному, первый с флажком в руках, бежит до кегли, обегает ее и бежит обратно, передавая флажок следующему участнику.

2. *«Собери урожай»*

(Каждый игрок берет кубик и бежит вперед, кладет в обруч).

3. *«Бег с мячом»*

(Каждый из команды с мячом в руках, бежит мимо кеглей, возвращается обратно и передает мяч следующему).

4. *«Передача мяча над головой»*

(По сигналу дети передают мяч друг другу над головой и обратно)

5. *«Бег - полет на ядре»*

(Мяч, зажатый между коленками. Прыжками до кегли, затем мяч в руки и бегом, и передаем следующему)

6. *«Пронеси мяч»*

(Мяч зажатый между детьми проносится до цели и обратно, по два ребенка от команды.)

Эстафета «Кто быстрее?»

С погремушкой в руках пробежать «змейкой» между кеглями и передать эстафету следующему участнику.

Ведущий: А сейчас мы с вами, ребята, поиграем в игру.

ИГРА малой подвижности «Дружба»

Дети встают в круг, берутся за руки и идут.

« Мы идем по кругу,

Найдем себе мы друга,

Найдем себе мы друга,
Найдем себе дружка»

Ведущий: 1,2,3- друга себе найди!

Дети ищут, кто быстрее пару. Оставшийся без пары выбывает из игры.

Ведущий: А сейчас, ребята, мы поговорим с вами о витаминах.

«Витамины – это таблетки, которые растут на ветке»

Помочь сохранить здоровье и не заболеть можно с помощью витаминов. Кто-нибудь из вас принимал витамины? Витамины делают наш организм крепким и здоровым, не поддающийся болезням. Но витамины бывают не только в таблетках, они еще растут на ветках. Очень много витаминов содержится в ягодах, фруктах, овощах. Назовите, какие вы знаете фрукты? Овощи? Ягоды?

Ведущий: А теперь на прощанье вам, ребята, наш наказ:

Чтобы вырасти здоровым, энергичным и толковым,
Чтоб прогнать усталость, лень
Ешьте витамины каждый день!
Рано утром не ленитесь на зарядку становитесь!

Помогают нам всегда солнце, воздух и вода!
Крепла чтоб мускулатура, занимайтесь физкультурой!
Витамины - это жизнь!
С ними нужно всем дружить!

У тебя болезней нет!
Дам тебе такой совет:
Витамины потребляй
И здоровье прибавляй!
Никогда не унываю и улыбка на лице
Потому что принимаю витамины А, В, С!

Ведущий: Ну, вот и закончились наши соревнования.

Ведущий: Подведение итогов. Вручение призов и подарков.