

Спортивное развлечение для детей

«Ловкие, смелые, сильные, умелые».

Цель: Укрепление здоровья детей через физические упражнения.

Задачи:

- создать у детей бодрое, веселое настроение;
- дать почувствовать радость движения;
- развивать двигательные способности – силу, быстроту, выносливость, гибкость, координацию;
- воспитывать дружелюбие, стремление к взаимовыручке.

Ход праздника:

Ведущий. Дорогие ребята! Сегодня мы собрались, чтобы убедиться, какими мы выросли крепкими, здоровыми, сильными, ловкими.

Ведущий: А для этого мы проведем спортивные соревнования. Ведь спорт – залог хорошего настроения и крепкого здоровья. Вы согласны?

Празднику спортивному
Рада детвора,
Юным физкультурникам –
Ура! Ура! Ура!

Ведущий: Сегодня будут соревноваться две команды:

команда старшей группы....., давайте их поприветствуем, и команда подготовительной группы....., их тоже давайте поприветствуем.

(Команды поприветствовали друг друга).

Капитан 1-й команды.

Надо, надо заниматься,
И привычку завести:
Физкультурой заниматься,
Умываться не бояться
И здоровыми расти!

Капитан 2-й команды.

Стать чемпионом – все мы знаем –
Задача сложная для всех.
Соревнованья начинаем,
И твердо верим в наш успех!

Ведущий: Перед началом соревнований спортсмены обязательно делают разминку, чтобы разогреть мышцы. Поэтому я предлагаю вам сделать зарядку вместе со мной под музыку. Я буду показывать движения, а вы внимательно слушайте, смотрите и повторяйте за мной. Готовы?

(Делаем зарядку под музыку «Эй лежебоки!»)

Ну, что взбодрились? Мышцы разогрели? Молодцы!

Ведущий: А теперь приступаем к соревнованиям. Команды займите свои места.

Первая эстафета «Разогрейся» (с палочкой).

Участник по сигналу гладким бегом бежит с палочкой в руках до конуса, обегает его и так же бежит к своей команде и передает палочку следующему участнику и т.д.

Вторая эстафета «Пингвин с мячом»

(По сигналу участник зажав мяч между ног, передвигается до конуса, не уронив мяча. Возвращается по прямой бегом, взяв мяч в руки, бежит к следующему участнику своей команды и передают ему мяч и т.д.

Третья эстафета «С кочки на кочку» (с обручами: обручи выкладываются зигзагом для каждой команды, 4 -5 шт.)

Участник прыгает из обруча в обруч, стараясь не задеть обручи, до конуса, затем обегает конус и бежит по прямой до следующего участника своей команды и т.д.

Ведущий: **Разминка** «Веселые флажки» (на внимание).

И так, я буду показывать флажки разных цветов, а вы будете выполнять определенные действия:

КРАСНЫЙ - все кричим «УРА!»

ЖЕЛТЫЙ - все хлопаем в ладоши,

ЗЕЛЕНый - все топаем ногами.

Четвертая эстафета «Донеси – не урони» (с воланчиком).

Участник берет ракетку, ставит на нее воланчик, бежит обегая кегли стараясь не уронить воланчик, до конуса обегает его и возвращается обратно гладким бегом к своей команде и т.д.

Эстафета Конкур капитанов «Лопни шарик»

На ногу капитанов привязываются воздушные шарик. Капитаны должны как можно быстрее своей ногой лопнуть шарик другого и не дать лопнуть свой шарик.

Ведущий: Ну что же, наши соревнования подошли концу. Все участники показали свою ловкость, смелость, быстроту. А это значит, что обе команды оказались «Ловкими, смелыми, сильными, умелыми».

*В мире нет рецепта лучше,
Будь со спортом неразлучен.
Проживешь ты до ста лет,
Вот и весь секрет.*

Ведущий: Мы хотим наградить вас всех вот такими шоколадными медальками.



