

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 16 муниципального образования  
Успенский район

**Спортивное  
развлечение в старшей  
группе  
«БЫТЬ здоровым»**

**Воспитатель  
Балабанова В.Я**

**Апрель 2024г**

**Цель:**

Повысить интерес к физической культуре; Укрепить здоровье детей; развить подвижность, сноровку, ловкость и умение.

**Задачи:**

1. Совершенствовать уровень физической подготовленности
2. Прививать интерес к активному образу жизни
3. Формировать волевые качества: целеустремлённость, выдержку, силу, ловкость, воспитывать желание побеждать и соперничать

**Предварительная работа:**

1. Распределение детей на команды
2. Подготовка оборудования к развлечению

Оборудование:

- бубен (1)
- мешочки с песком(4)
- мяч резиновый средний (2)
- обручи (6)
- эстафетные палочки (2)
- цветные кубики (по количеству детей в командах)

**Форма организации**

- развлечение.

**Ведущий:** Здравствуйте! Сегодня мы покажем наши спортивные умения и навыки. Итак, все гости собрались, спортсмены заждались. Наш праздник начинается, команды представляются.

***Представление команд.***

1. Приветствие команд (название, девиз)

***1. Наша команда «Улыбка»******Наш девиз :***

Жизнь без улыбки ошибка,  
Да здравствует смех и улыбка

***2. Наша команда «Дружба»******Наш девиз :***

Дружба и успех,  
Мы победим сегодня всех.

**Ведущий:** Пожалуйста, выйдите и покажитесь нам. Чтобы быть умелыми, сильными и смелыми, и с болезнями не знаясь

**Дети:** Нужно спортом заниматься!

**Ведущий:** А ещё скажу вам я - Есть пословица одна: «Солнце, воздух и вода- Наши лучшие друзья! " Давайте повторим это!

**Дети: повторяют.**

**Ведущий:** Загадки отгадывать умеете?

**Дети:** Да

### *Загадывание загадок про спорт.*

Он бывает баскетбольный,  
Волейбольный и футбольный.  
С ним играют во дворе,  
Интересно с ним в игре.  
Скачет, скачет, скачет, скачет!  
Ну конечно, это. (*мячик*)

Рядом идут по снежным горам,  
Быстрее помогают двигаться нам.  
С ними помощницы рядом шагают,  
Нас они тоже вперед продвигают. (*Лыжи и лыжные палки*)

Воздух режет ловко-ловко,  
Палка справа, слева палка,  
Ну а между них веревка.  
Это длинная. (*скакалка*)

Соревнуемся в сноровке,  
Мяч кидаем, скачем ловко,  
Кувыркаемся при этом.  
Так проходят. (*эстафеты*)

Мы, как будто акробаты,  
Делаем прыжки на мате,  
Через голову вперед,  
Можем и наоборот.  
Нашему здоровью впрок  
Будет каждый. (*кувырок*)

Мы физически активны,  
С ним мы станем быстры, сильны.  
Закаляет нам натуру,  
Укрепит мускулатуру.  
Не нужны конфеты, торт,  
Нужен нам один лишь. (*спорт*)

Ноги в них быстры и ловки.  
То спортивные. (*кроссовки*)

**Ведущий:** Начинаем наши веселые старты.

На спортивную площадку  
Приглашаем всех сейчас,  
Праздник спорта и здоровья  
Начинается у нас!  
Если хочешь быть умелым  
Ловким, быстрым, сильным, смелым,  
Научись любить скакалки, мячик,

Обручи и палки!  
Никогда не унывай!  
Мячами в цели попадай!  
Вот здоровья в чем секрет!  
Будь здоров! Физкульт-Привет!

*Детям предлагаются упражнения на разминку.*

- Ходьба друг за другом, как участники соревнования.
- Легкий бег по кругу.
- Ходьба на внешней стороне стоп. Руки широко расставлены в стороны. Шаги медленные, неуклюжие. Идём как медведи.
- Идём, как жирафы. Ходьба на носках, ноги прямые, руки поднять вверх, кисти соединены. Стараться держать вытянутые руки за ушами, подбородок не опускать.
- Идём, как Аисты Ходьба с высоким подниманием колен, руки высоко вверх, потом вниз.
- Прыгаем, как зайцы. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Руки согнуты перед грудью, кисти рук опущены вниз.
- Наклониться вперед, руки отвести назад, совершать движения, имитирующие клевание зернышек.

**Ведущий:** Молодцы!

**Ведущий.** Участникам соревнования построиться в колонны. Я желаю командам успехов! Начинаем соревнования.

**1 эстафета – «Чья команда быстрее?»** (прыгают на двух ногах из обруча в обруч и передать эстафету следующему).

**2 эстафета – «Гонка обручей»**

(Добежать до обруча одеть его - сверху вниз и передать обруч следующему).

**3 эстафета -** Представители команд получают по мячу. Играющие, зажав мяч между ногами, должны допрыгать до кубика, не уронив мяч, вернуться обратно. Выигрывает та команда, которая первая закончит эстафету.

*Входит доктор Пилюлькин.*

**Доктор Пилюлькин.** Здравствуйте! Врача вызывали? У кого тут голова болит и в горле першит?

**Ведущий.** Здравствуйте, доктор! У нас все здоровы. К тому же наши дети и взрослые знают: больным приходить в детский сад нельзя, можно заразить других.

**Доктор Пилюлькин.** А я принес все необходимое для лечения. (вытаскивает из сумки таблетки, флакон с микстурой, рассматривает этикетки).

**Ведущий.** Доктор Пилюлькин, это хорошо, что у вас есть лекарства на все случаи жизни. Но наши дети стараются обходиться без них.

**Доктор Пилюлькин.** Как, без лекарств? Медицина – это серьезная наука. Для лечения болезней рекомендуется применять различные препараты.

**Ведущий.** А можно и не болеть. Вот послушайте, что мы вам расскажем

Рано утром, умываюсь,  
Полотенцем растираюсь.

И от вас, друзья, не скрою:

Зубы чищу, уши мою.

Зарядка всем полезна,

Зарядка всем нужна.

От лени и болезней

Спасает нас она.

Надо всем нам постараться

И привычку завести

Физкультурой заниматься,

Чтоб здоровыми расти!

**Ведущий.** Ну, теперь вам доктор понятно, что нужно делать, чтобы не болеть?

**Доктор Пилюлькин.** Да. Мне все ясно. Теперь, я знаю, чем можно заменить микстуры и пилюли. А можно мне провести конкурс?

**4 эстафета – «Чья команда, быстрее перенесёт мешочки».**

Пронести мешочек на голове (при этом выпрямив спину) до ориентира, взять его в руку и бегом вернуться, передать эстафету.

**5 эстафета – Заключительная эстафета - «Кто быстрее передаст эстафетную палочку»**

Каждый участник команды добегают до флажка и обегает его, затем бежит назад и передаёт эстафетную палочку следующему участнику. Выигрывает та команда, которая закончит эстафету первой.

**Ведущий:** Мы поздравляем победителей и просим не унывать побежденных. Ведь самое главное – не победа, а участие. Мы желаем вам всего самого наилучшего.

Спасибо всем нашим участникам!