Спортивное развлечение «Веселые старты»

в средней группе

Выполнили воспитатели:

Доржиева А.В.
Потёмкина Э.Э.

Улан-Удэ 2024

**Программное содержание:**

1. Привлечь детей к здоровому образу жизни через спортивные развлечения.

*2*. Развивать интерес к спортивный играм, укреплять здоровье детей.

3. Развивать быстроту, ловкость, умение самостоятельно выполнять задание.

4. Воспитывать коллективизм, умение играть в команде, сопереживать.

**Инвентарь:**

2 мяча, 2 обруча, 2 погремушки, кегли, флажки, кубики, руль, эмблемы каждой команде, призы на каждого игрока.

**Ход мероприятия:**

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.**

1. 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 мы приглашаем вас отправиться в путешествие. А поедем мы на том, что я сейчас загадаю:

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 сигналит машина.

**Игра-имитация «Мы шоферы».**

А сейчас мы оставим машину и сядем на скамейку.

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: Желаем вам всем отличных успехов. Чтоб не знали сегодня усталости и доставили много радости!

Ведущий: Пожелаем успеха обеим командам в предстоящих соревнованиях и перейдем к нашему первому конкурсу, но прежде чем начать соревнования, проведем разминку.

**Эстафета.**

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

1. «Собери урожай»

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

2. «Бег с мячом»

(Каждый из команды обегает кеглю и передает мяч следующему).

3. «Передача мяча над головой»

(По сигналу дети передают мяч друг другу над головой. Последний бежит вперед).

4. «Бег - полет на ядре»

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

5. «Прокат мяча между ног»

(Команды стоят ноги врозь, первый прокатывает мяч назад, последний поджимает и бежит вперед и т. д.)

Эстафета «Кто быстрей?»

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.