Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение   
Чановский детский сад № 2   
Чановского района Новосибирской области

**Спортивный досуг ко дню физкультурника  
 « Весёлые эстафеты »  
 в старшей группе**

Подготовила:  
инструктор по физической культуре  
Грязнова Кристина Игоревна

**Цель**: повысить интерес к физической культуре и здоровому образу жизни.

**Задачи:**

-Активизировать двигательную деятельность детей, развивать быстроту, ловкость, координацию движений, ориентировку в пространстве

-Прививать любовь к **спорту** и физической культуре;

-Развивать выдержку и внимание в играх и **эстафетах**;  
-Создать радостное эмоциональное настроение.

**Оборудование:** магнитофон,секундомер, свисток, кегли, мячи, 4 обруча, 2 стойки, мешочки с песком 2 шт, фишки,2 фитбола.

**Ход досуга:**

Дети выходят под марш и строятся в спортивном зале детского сада.

Ведущий: - Здравствуйте, ребята.  
Здравствуйте, уважаемое жюри! Очень рады видеть всех на спортивных соревнованиях! Я не зря сейчас с вами поздоровалась, так как слово *«здравствуйте»* означает пожелание каждому из вас здоровья.

- Ребята, а для того чтобы быть здоровым, что нужно делать и чем заниматься? Ответы детей.

Ведущий: 9 августа наша страна празднует день всех активных людей - День физкультурника. Физкультурники это кто? *(диалог о том кто такие физкультурники)*. Молодцы, ребята, а теперь давайте послушаем стихи о физкультуре.

1. Чтоб здоровым быть сполна

Физкультура всем нужна.

Для начала по порядку-

Утром сделаем зарядку!

И без всякого сомненья

Есть хорошее решенье –

Бег полезен и игра

Занимайся детвора!

2. Чтоб успешно развиваться

Нужно спортом заниматься

От занятий физкультурой

Будет стройная фигура

Нам полезно без сомненья

Все, что связано с движеньем.

3. Спортивные люди – они так красивы

В них столько энергии, бодрости, силы.

Ты хочешь на них быть хоть каплю похожим?

Лишь спорт тебе в этом отлично поможет

4. Здоровье усилит, успехов прибавит

От скуки, безделья тебя он избавит.

Поверь ты в себя и добейся высот

О чем ты мечтал, даст тебе только спорт.

Ведущий: - Ребята желаем каждой команде не только побед, но и бодрого настроения в течение всех состязаний, а также, чтобы участие в эстафетах стало полезным в укреплении вашего здоровья. Но любые спортивные дистанции начинаются с разминки. Мы тоже не будем отставать от традиций и сделаем музыкальную разминку. Повторяйте за мной и не забывайте улыбаться, ведь улыбка тоже укрепляет наше здоровье и помогает настроиться на победное настроение.

Музыкальная разминка

Ведущий: - Молодцы! Ну, что ж, разогрелись и пора нам переходить к самому интересному - эстафетам! Команды, приготовиться к забегам, занять свои места!

Под музыку команды выходят на площадку и строятся в колонны *(название и девиз команды)*

Ведущий:

Чтоб проворным стать атлетом

Проведем мы эстафеты.

Будем бегать быстро, дружно

Победить нам очень нужно!

Да пора нам определить, чья команда сильнее.

Ведущий: – Быстроту и ловкость, а также правильность выполнения эстафет будет оценивать компетентное жюри: \_\_\_

Поприветствуем их! *(звучат аплодисменты)*

Эстафеты

1. Эстафета *«Извилистый бег»*.

Правила эстафеты: по команде ведущего участники по очереди бегут по заданной дистанции, оббегая змейкой кегли туда и обратно. Победившей считается команда, первой справившейся с заданием.

2. Эстафета *«Пройди и не урони»* - на голову участника ложится мешочек с песком, участник должен без помощи рук дойти до фишки и не уронить мешочек, и вернуться обратно.

3. Эстафета "Прыжки" На линии старта первый участник берёт мяч фитбол,садится на него и прыгает до фишки.  
  
 Ведущий: Приглашаю участников показать свою смекалку – отгадать загадки о спорте.

Михаил играл в футбол

И забил в ворота *(Гол)*.

Просыпаюсь утром рано

Вместе с солнышком румяным

Заправляю я кроватку,

Быстро делаю … *(Зарядку)*.

Упадет – поскачет,

Ударишь не плачет,

Он всегда несется вскачь,

Разноцветный круглый *(Мяч)*

На снегу две полосы,

Удивились две лисы,

Подошла одна поближе:

Здесь гуляли чьи-то *(Лыжи)*

Мне загадку загадили:

Это что за чудеса?

Руль, седло и две педали,

Два блестящих колеса.

У загадки есть ответ,

Это мой *(Велосипед)*

Каждый вечер я иду,

Рисовать круги на льду,

Только не карандашами

А блестящими … *(Коньками)*

Вы подумайте, ребятки.

На чем спортсмены – мастера

Скачут с самого утра?

И с разбегу и на месте,

И двумя ногами вместе

Саши, Лены и Наталки

Крутят весело … *(Скакалки)*

Силачом я стать хочу,

Прихожу я к силачу:

Расскажите вот о чем –

Как вы стали силачом?

Улыбнулся он в ответ:

Очень просто. Много лет

Ежедневно встав с постели

Поднимаю я … *(Гантели)*

4. Эстафета *«По кочкам»*. Прыжки из обруча в

5. Эстафета *«Переправа»*. Добежать до кегли; пролезть в обруч и бегом вернуться обратно.

Ведущий: Молодцы ребята, справились с заданиями, а сейчас мы попросим жюри подсчитать результаты соревнований.

А мы пока поиграем в игру: *«Да, нет»*.

Каша вкусная еда

Это нам полезно? *(Да)*

Лук зеленый иногда

Нам полезен дети? *(Да)*

В луже грязная вода

Нам полезна иногда? *(Нет)*

Щи - отличная еда

Это нам полезно? *(Да)*

Мухоморный суп всегда –

Это нам полезно? *(Нет)*

Фрукты – просто красота!

Это нам полезно? *(Да)*

Грязных ягод иногда

Съесть полезно, детки? *(Нет)*

Овощей растет гряда.

Овощи полезны? *(Да)*

Сок, компотик иногда

Нам полезны, дети? *(Да)*

Съесть мешок большой конфет

Это вредно, дети? *(Да)*

Лишь полезная еда

На столе у нас всегда!

Ведущий: Вот наступил самый приятный и волнующий момент, и мы предоставляем слово для подведения итогов соревнований председателю жюри.

Объявление результатов, награждение участников всех команд сладкими призами.

Ведущий: А сейчас наши замечательные спортсмены совершат Круг почета.

Звучит марш. Круг почета.

Ведущий: Сегодня на наших соревнованиях нет проигравших – выиграли все, т. к. соревнования помогли детям подружиться со спортом. Победила дружба. А дружба, как известно, начинается с улыбки. Так давайте, подарим друг другу и нашим гостям самую добрую, какую только можно улыбку и споем песню.

Песня *«Улыбка»*

Ведущий: Вот и заканчиваются наши соревнования *«Веселые старты»*. Мы благодарим очаровательные команды и их педагогов, которые вместе с ними готовились, за активное участие; жюри за их работу; зрителей за поддержку; Спасибо всем, всем, кто пришел к нам с хорошим настроением и добрым отношением к детям.

Ведущий: Закончились соревнования, но дружба дошкольников с физкультурой продолжается.

Путь как цветы

В краю родном

Растут ребята наши,

Пусть будут крепче с каждым днем

И с каждым годом краше. До свидания!