

Сценарий спортивного досуга
«Спорт – это здоровье»



Старшая группа

Задачи: воспитывать в детях дружелюбие, стремление к взаимовыручке, умение радоваться успехам других; создать положительный эмоциональный настрой у детей, веселое, бодрое настроение; развивать двигательные навыки: силу, быстроту, координацию, выносливость.

Участники: дети старшей группы.

Оборудование и спортивный инвентарь: Конусы, гимнастические палки, кегли, 2 детских ведра, мячи.

Ход:

Ведущий:

Физрук. Поиграй-ка, поиграй-ка наш весёлый стадион.

С физкультурой всех ребят навсегда подружит он.

1 ребёнок. Если хочешь стать умелым, ловким, быстрым, сильным, смелым.

2 ребёнок. Научись любить скакалки, вожжи, обручи и палки.

3 ребёнок. Никогда не унывай, в цель мячами попадай.

Физрук. Вот здоровья в чём секрет, будь здоров! Физкульт ...

Дети все вместе... Привет!

Физрук. А у нас сегодня весёлая игра.

Мы превратимся в бабочек, лягушек и цапли. По моему сигналу дети начинают подражать движениям бабочек, лягушек и цапель.

Молодцы! Вы хорошо старались. Можно начинать нашу веселую эстафету.

Делим детей на две команды.

Команды стоят в колону друг за другом.

1. **«Пчелки».** Пчелы собирают мед на поляне и возвращаются в улей.

Добежать с ведерком до конуса, оббежать его и вернуться обратно. Передать ведерко другому.

2. **«Муравьи».** Муравьи строят муравейник из палочек. Поможем им построить дом.

Каждый участник перепрыгивает через палку и перекладывает ее до конуса и бежит обратно.

3. **«Веселые медвежата»**

Два участника встают лицом друг к другу, а мяч удерживают между животами, руки кладут друг другу на плечи. Вот так, необычно, удерживая мяч, нужно добежать до конуса и вернуться назад, передавая мяч следующей паре.

4. **«Зайчики»**

Каждый участник между коленок зажимает маленький мяч, из рук делает длинные заячьи уши, прыгает до конуса обегает его и обратно также прыгает в команду, передает мяч другому участнику.

5. **«Гусеница»**

Дети берутся друг за друга руками за пояс- получилась длинная гусеница. Эта гусеница медленно ползет между кеглями до конуса и обратно. Главное, чтобы она осталась целой

6. «Веселые лягушки»

Дети приседают руки перед собой на пол и по сигналу начинают прыгать с кочки на кочку до конуса и обратно. Допрыгав до команды, стартует второй участник.

Вот и закончилась наша эстафета. Все участники показали, как они умеют быстро бегать, прыгать и отлично работать в команде. Молодцы!