

Сценарий физкультурно-оздоровительного досуга «Весёлые старты» для детей 5 – 7 лет



Составители:

Ибатова Нонна Валерьевна,
Инструктор по физической культуре,
Зобнина Анастасия Евгеньевна,
музыкальный руководитель

Сценарий физкультурно-оздоровительного досуга «Весёлые старты»

Цель: привлекать детей к здоровому образу жизни.

Задачи:

- формировать двигательные умения и навыки;
- развивать быстроту, ловкость, выносливость, выдержку, пространственную ориентацию, самостоятельность;
- доставить детям удовольствие от совместной двигательной активности;
- воспитывать чувство товарищества, взаимопомощи, интереса к физической культуре.

Оборудование: эстафетные палочки, 12 обручей, 3 футбольных мяча, 12 кубиков, 3 ведерка, грамоты, призы, протоколы подсчета очков для жюри, свисток.

Музыкальное сопровождение: маршевая музыка для выхода команд, «Делайте зарядку», музыкальное сопровождение эстафет, фанфары для награждения.

Ход мероприятия:

На спортивную площадку

Приглашаем, дети, вас.

Праздник спорта и здоровья

Начинается сейчас!

Ведущий: Здравствуйте, дорогие ребята и уважаемые гости! Нам очень приятно видеть вас на сегодняшнем празднике. Мы начинаем самую веселую из всех спортивных и самую спортивную из всех веселых игр – «Веселые старты». Участники соревнований будут состязаться в силе, ловкости, смекалке, быстроте!

Давайте поддержим и поприветствуем наших участников. (хлопают)

Перед вами лучшие спортсмены из групп (представление команд и капитанов)

И у каждой из команд есть замечательные болельщики!

Узнать, какая из команд окажется самой быстрой, самой находчивой и самой дружной поможет наше авторитетное жюри. (представление жюри).

А теперь для всех участников и их болельщиков небольшая разминка!

Разминка «Делайте зарядку!»

Ведущий: Внимание! Внимание! Начинаем соревнования!

Эстафета №1: «Эстафетная палочка»

Капитан берет эстафетную палочку, бежит, обегает кеглю и возвращаясь назад передает палочку следующему.

Эстафета №2: «Солнышко»

У каждой из команд набор из коротких палочек и на расстоянии 4м желтый обруч. Участники по очереди берут одну палочку, бегут до обруча и выкладывают палочки вокруг обруча как лучи солнышка.

Эстафета №3: «Быстрый мяч»

С мячом в руках бежать до стойки, обежать её, вернуться и передать мяч следующему.

Эстафета №4: «Футболисты»

Вести футбольный мяч ногами до ворот и обратно.

Эстафета №5: «Поменяй кубик»

У каждой команды по два кубика разных цветов. На определенном удалении перед каждой командой лежат обручи. Один кубик лежит в обруче, а второй в руках у капитана добежать до обруча, поменять кубик, вернуться, отдать этот кубик следующему игроку, и т.д. Выполняется на скорость.

Эстафета №6: «Разложи и собери кубики»

Перед каждой командой разложены по 4 обруча. В руках у капитана ведро с 4 кубиками. По сигналу капитан раскладывает по одному кубику в каждый обруч и передает пустое ведро следующему игроку. Следующий собирает кубики в ведро, третий раскладывает и т. д.

Эстафета №7: «С кочки на кочку»

Перед каждой командой разложены по 4 обруча. Игроки по очереди прыгают из обруча в обруч.

Ведущий: Вот и закончились наши спортивные состязания. А пока жюри подсчитывает итоги, проведем конкурс загадок для болельщиков.

1.Просыпаюсь утром рано,

Вместе с солнышком румяным,

Заправляю сам кровать,

Быстро делаю ... (зарядку)

2. Не похож я на коня,

А седло есть у меня,

Спицы есть, они, признаться,

Для вязанья не годятся. (велосипед)

3. Сажу верхом не на коне,

А у туриста на спине. (рюкзак)

4.По пустому животу

Бьют меня – невмноготу!

Метко сыплют игроки

Мне ногами тумаки.

5.Когда весна берет свое

И ручейки бегут звеня,

Я прыгаю через нее,

Ну, а она – через меня. (скакалка)

Ведущий: Сегодня на наших соревнованиях нет проигравших – выиграли ВСЕ! Команды проявили быстроту, ловкость, взаимовыручку, а болельщики прекрасно за вас поддерживали и это придавало вам сил! А теперь слово жюри (Вручение грамот и подарков)

Со спортом будем мы дружить,

И нашей дружбой дорожить.

И станем сильными тогда,

Здоровыми, умелыми,

И ловкими, и смелыми.

Занимайтесь спортом, укрепляйте свое здоровье, развивайте силу и выносливость! Будьте здоровы и до новых встреч!

Протокол соревнований «Весёлые старты»

№ группы	Под.гр. №6	Подг. №5	Старш. №10	Старш. №7
Название				
Эстафета №1: «Эстафетная палочка»				
Эстафета №2: «Солнышко»				
Эстафета №3: «Быстрый мяч»				
Эстафета №4: «Футболисты»				
Эстафета №5: «Поменяй кубик»				
Эстафета №6: «Разложи и собери кубики»				
Эстафета №7: «С кочки на кочку»				
«Лучшие болельщики»				
Всего:				