

## **Физкультурное развлечение в старшей группе** **"Будем сильными и ловкими!"**

**Цель:** пропагандировать детям здоровый образ жизни. Закрепление и отработка ранее разученных физических движений. Развивать ловкость, быстроту, двигательную активность. Воспитывать у детей любовь к спорту.

### **Ход мероприятия:**

Предварительно оформляется спортивный зал: в центре зала - плакат с надписью "Стадион", рядом флашток с флажком, на котором наклеен номер детского сада. У входа в спортивный зал стоят контролеры (взрослые или дети с подготовительной группы) с повязками на рукавах. Осуществляется проверка пригласительных билетов.

**судья:** Внимание! Внимание! Говорит и показывает спортивный зал детского сада. Сегодня великое событие - проходят соревнования необычные, от других отличные! Я предлагаю, Вам, поучаствовать в них (*обращается к детям*).

Дети читают по очереди стихотворения.

Главный судья проводит совместно с детьми произвольные физические движения и предлагает детям разделить на команды. Дети придумывают название команды, выбор капитана, девиз.

**судья:** Поприветствуем участников соревнований! Считаю наши соревнования для шустрых, ловких и быстрых открытыми!!!

**судья:** (*читает загадку*)

Он и круглый,  
Он и гладкий,  
Очень ловко скачет...

**Дети:** (*мячик*)

**судья:**

Есть у меня одна игра,  
Вам понравится она!!!

Подвижная игра "Собери мячи":

по всему залу разбросаны мячи. Дети стоят двумя шеренгами. По сигналу (свистку) нужно собрать мячи в большие корзинки. После того, как мячи будут собраны, их нужно посчитать.

**судья:** Молодцы, ребята! (оценивает команды, подсчитывает баллы). Следующее задание!

Подвижная игра "Завяжи-развяжи":

дети стоят двумя шеренгами параллельно друг другу. Перед каждым поставлен стул на расстоянии 4-5 метров, к которому привязана узлом цветная ленточка. По сигналу (свистку) дети, стоящие первыми подбегают к стульям и развязывают ленточку. Бегут обратно, передают следующему ленту. Получивший ленточку бежит к стулу, привязывает ее. Когда ведущий ребенок снова окажется в начале шеренги, игра заканчивается.

**судья:** Есть у меня еще одна игра. Вам понравится она!!!

Эстафета "Сороконожка-1":

дети строятся в свои команды (в две в колонны по одному), кладут руки друг другу на плечи. Надо добежать всей командой до финиша и вернуться.

*Главный судья оценивает результаты команд.*



**судья:** Молодцы! Замечательно справились! А сейчас я задание немножко поменяю, усложню. Посмотрим чья команда самая быстрая и дружная!

Эстафета "Сороконожка -2":

первый участник бежит до ориентира (кегли), обегает ее, возвращается. Затем берет следующего игрока и с ним обегает ориентир и возвращаются вместе. При этом все игроки должны крепко держаться друг за друга.

*Главный судья подводит результаты.*

**судья:** Ух, молодцы! Давайте отдохнем!!!

Игровое упражнение "У всех своя зарядка":

звучит музыка, дети свободно располагаются по всему залу, выполняют в произвольной форме различные музыкальные движения.

**судья:** Объявляю конкурс капитанов "Мудрости-премудрости" (отгадывание загадок):

1. На сметане мешон,

На окошке стужен,

Круглый бок, румяный бок.

Покатился... (колобок).

2. Толстячок, живет на крыше,

Летает он всех выше... (Карлсон).

3. Бабушка девочку очень любила,

Шапочку красную ей подарила.

Девочка имя забыла свое,

А ну, подскажите имя ее... (Красная Шапочка).

4. Лечит маленьких детей,

Лечит птичек и зверей.

Сквозь очки свои глядит

Добрый доктор... (Айболит).

*Слышится стук в дверь. В спортивный зал входит доктор Айболит.*

**Доктор Айболит:** Привет, друзья! Можно ли на минутку здесь отдохнуть?

**судья:** Да, пожалуйста!

**Доктор Айболит:** У меня срочная новость для Вас.

А сейчас, ребята, Вам

Я один вопрос задам.

Школу юных космонавтов

Собираются открыть.

Вы хотели бы, ребята,

В эту школу поступить?

**Дети:** Да, хотим!

**Доктор Айболит:** А придет пора лететь. Вы не станете реветь?

**Дети:** Нет, не станем.

**Доктор Айболит:** Очень рад, но сначала

Говоря без лишних слов,

Одного желанья мало...

Каждый должен быть здоров!

Ну, а все ли вы здоровы?

**Дети:** Все здоровы!

**судья и доктор Айболит:** А к проверке Вы готовы?

**Дети:** Да, готовы!

**Доктор Айболит:** Попрошу сидящих встать и команды выполнять...  
(*дети встанут, выполняют движения по показу доктора Айболита*).

**Доктор Айболит:** Все дышите! Не дышите!

Все в порядке, отдохните!

Вместе руки поднимите.

Превосходно! Отпустите!

Наклонитесь, разогнитесь!

Встаньте прямо! Улыбнитесь!!!

**Доктор Айболит** (*обращается к Главному судье*): Да осмотром я доволен. Из ребят никто не болен.

**судья:** Тогда продолжаем подготовку! Выходи на тренировку!

*Главный судья и доктор Айболит проводят игры-аттракционы.*

"Полет на Луну":

дети участвуют по парам в своих командах. Каждой паре дается длинная лента, концы которой прикреплены к небольшим гимнастическим палочкам. На концах - изображены ракеты, а в середине ленты - изображение Луны. По сигналу играющие пары как можно скорее должны намотать ленту на палочку и приблизить свою ракету к Луне.

"Ракетодром":

в спортивном зале в хаотичном положении поставлены несколько макетов ракет. Мест в ракетах меньше, чем участвующих детей. Дети должны по сигналу подбежать к ракетам и занять место, встав в обруч.

**Доктор Айболит:** Чтоб расти и закаляться,

Будем спортом заниматься!!!

**судья:** Ну, ребята, тренировку

Провели вы очень ловко...

Получайте-ка, награды!

Поздравляем! Очень рады мы за Вас!!!