Спортивное развлечение «***Веселые старты»*** в средней группе

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: Быть здоровым, это значит не болеть, заниматься **спортом**, закаляться. А еще не сидеть на месте, чаще двигаться.

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 – вокруг обруча»*

(оббегаем обруч)

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.