

«ВЕСЁЛЫЕ СТАРТЫ»

Задачи:

- совершенствование уровня физической подготовленности воспитанников, обогащение двигательного опыта;
- приобщение детей к здоровому образу жизни, активным занятиям физическими упражнениями и спортом, выявление способностей и интересов;
- формирование навыков социально-спортивного поведения;
- воспитание волевых качеств: целеустремленности, выдержки, силы, ловкости, желания побеждать и соперничать.

Оборудование и инвентарь: эмблемы для команд, медали и грамоты для награждения, сладости, костюмы для героев, воздушные шары, флажки для украшения площадки, атрибуты для болельщиков, тонкий цветной канат, кегли, обручи, детские гантели, зрительные ориентиры, две небольших корзинки, ягода-малина (по количеству детей), корзинки с «овощами», «лунки», скамейки, деревянные или пластмассовые кирпичи (кубики), шляпы, мячи, кубики с отверстием, верёвка, набивные мешочки с песком и мячи малого диаметра для метания, скамейки, островки, гимнастические палки, старт-финиш.

Подготовительная работа: разучивание девизов, речёвок, кричалок, использование занимательных упражнений и игр, распределение ролей, приготовление медалей и грамот для награждения. Изготовление атрибутов для болельщиков, праздничное украшение спортивной площадки, подготовка площадки для всех видов соревнований. Подборка музыкального оформления и многое другое.

Участники: воспитанники старшей и подготовительной групп ДОУ, воспитатели, узкие специалисты, сотрудники.

Место проведения: спортивный стадион детского сада.

ХОД

Под веселую спортивную музыку дети - зрители и гости проходят и садятся на отведенные места.



Участники соревнований построены на исходной позиции в колонны по количеству участвующих групп. Возглавляет колонну капитан команды, которую представляют спортсмены.

Инструктор. Внимание! Внимание! Спортсмены, на спортивный стадион шагом марш!

Участники под спортивный марш обходят площадку стадиона по периметру. Строятся в 2 шеренги.



Инструктор. Спортсмены, на месте стой!

Инструктор. Физкульт-привет, ребята и взрослые! На спортивный стадион приглашаем вас сейчас, утро спорта и здоровья начинается у нас! Все собрались, все готовы? Ну, тогда все подтянитесь, не зевайте, не ленитесь.

Инструктор. Ярким солнцем озарён, нас встречает стадион! Мы собрались все вместе в этот ясный день на весёлые старты. Давайте знакомиться! Как только я скажу: «Раз, два, три, свое имя назови», вы

громко скажите, как вас зовут. Внимание! Раз, два, три, свое имя назови! (дети громко называют свои имена)

Инструктор.

Вот теперь мы познакомились! А сейчас, команды, у линии старта, построиться! Поприветствуем



наших спортсменов! У каждой команды своё название и девиз
(объявляется название и девиз).

Инструктор. Ребята, вам предлагается попробовать свои силы в различных весёлых соревнованиях.

Инструктор. Гибкость, ловкость и сноровка – все дает нам тренировка. Все собрались? Все здоровы? Бегать и играть готовы? Ну, тогда подтянитесь! На разминку становитесь! *(проводится спортивная разминка под ритмичную музыку)*



Инструктор. Молодцы!

А теперь – раз, два –
По командам детвора!
Хватит разминаться,
Пора соревноваться!

Инструктор.

Ну, команды смелые,
Дружные, умелые.
На площадку выходите,
Силу, ловкость покажите!

Мальчики, внимание, девочки, внимание, есть для вас весёлые, весёлые задание!

Проводятся спортивные состязания между командами.

1. «Утренняя разминка»

На расстоянии 8м от линии старта лежат гантели в обручах. Вдоль всей дистанции стоят кегли (расстояние 1м друг от друга). Первый участник бежит «змейкой», обегая кегли, поднимает гантели вверх 5р, и бегом по прямой возвращается назад для

передачи эстафеты. Выигрывает команда, которая быстрее выполнит задание.



2. «Сажаем - собираем»

На расстоянии 2м от линии старта лежат 3 обруча, расстояние между которыми 1м. На расстоянии 8м от линии старта стоит ориентир. У первого участника в руках корзинка с овощами. По команде участник подбегает к обручам, раскладывает в них овощи (сажает), обегает ориентир и на обратном пути собирает овощи в корзинку. Передает корзинку следующему участнику. Выигрывает команда, которая быстрее выполнит задание.



3. «За малиной, вперед!»

На расстоянии 8 м от линии старта стоит «малиновый куст с ягодами» - зелёный обруч. Под «кустом» две корзинки. На протяжении дистанции стоят 3 барьера на расстоянии 2 м друг от друга. По команде первый участник подбегает к «кусту», перепрыгивая барьеры, снимает малинку, кладет ее в корзинку и возвращается на старт для передачи эстафеты. Побеждает команда, которая быстрее «снимет с куста» всю малину.

4. «Топкое болото»

Участникам соревнования необходимо переправиться с помощью плоскостных фигур до ориентира, оббежать его и вернуться назад, передавая эстафету следующему игроку. Выигрывает та команда, которая быстро выполнит это задание.



5. «Мы строим дом»

Команда встаёт в шеренгу на расстоянии 0,5 м друг от друга. Рядом с первым участником лежит обруч с кирпичами, рядом с последним - пустой обруч. По команде участники передают кирпичи друг другу от первого участника к последнему. Последний должен построить дом из кирпичей. Выигрывает команда, которая быстрее переложит кирпичи из одного обруча в другой и закончит «постройку дома».

2 вариант - команды построены в колонну по одному перед стартовой линией. Сбоку от направляющих сложены деревянные или пластмассовые кирпичи (кубики). По сигналу первые номера берут по кирпичику и бегут 6 – 10 метров к обозначенному месту, где ставят свой кирпичик. Затем быстро возвращаются назад и, сделав хлопок двумя руками о ладони следующего участника, становятся в конец колонны. Второй номер повторяет то же. Постепенно команда возводит из кирпичиков какое – либо строение.

6. «Дружные пары!»

В командах встать парами друг за другом. На гимнастических палках перенести мяч с одной стороны площадки на другую, не уронив его, положить в обруч. Кто ловчее и быстрее, тот и победитель!



7. «Передай шляпу»

Все участники команд получают по гимнастической палке и шляпе. По сигналу, игрок, стоящий первым, надевает шляпу на свою палку, бежит вперёд, змейкой между предметами, до ориентира, оббегает его и возвращаются назад, надевает шляпу на палку следующему участнику, не помогая руками, и становится в конец колонны и т.д.



8. «Не теряй мяч!»

Участники команд строятся на линии старта. По сигналу, игрок, стоящий первым, бежит с двумя мячами, третий ведёт ногой до обозначенного ориентира и обратно, затем передаёт мячи другому участнику.



9. «Полоса препятствий»

Пролезание в коридор из обручей, поставленных в ряд друг за другом, бег змейкой м/у ориентирами, ползание по скамейкам на животе, подтягиваясь руками, метание в горизонтальную мишень.





10. «Цепочка»

На высоте примерно 2м на стойках натянута длинная веревка. На ней с одного и другого края расположены пластмассовые кубики. Дети при помощи гимнастической палки должны передвинуть кубики на середину верёвки.

11. «Воздушные шары»

На расстоянии 8м от линии старта перед каждой командой лежат 2 больших обруча. У первого участника в руках гимнастическая палка и воздушный шар (у всех остальных только воздушные шары). По команде участник с помощью палки подбрасывает шар вверх-вперёд, добегая, таким образом, до своего обруча, палкой опускает в него шар, обегает ориентир и возвращается обратно. Передает палку следующему игроку. Выигрывает команда, которая быстрее выполнит это задание.

Инструктор. С физкультурой вы дружны! В спорте вы сильны!

Прыгать, бегать вам привычно,

С заданием справились просто отлично!

Инструктор.

Очень долго мы гадали,
Самых лучших выбирали,
Но не знали, как нам быть,
Как ребят нам наградить.
Этот смел, а этот удал, этот силу показал,
И поэтому по чести
Мы решили наградить всех вместе!

Всем построиться командам

Для вручения награды!

НАГРАЖДЕНИЕ

(под торжественную музыку всем вручаются грамоты, медали).



Инструктор. Поиграли, постарались? Нагуляли аппетит? Вот теперь и подкрепиться вам совсем не повредит! Все, без исключения, примите угощение!



Инструктор.

Всем спасибо за внимание, за задор и звонкий смех,
За огонь соревнований, обеспечивший успех!



Инструктор. Спорт – это не только рекорды. Это, прежде всего, старт в страну здоровья, бодрости и хорошего настроения! До новых встреч!!!!



Звучит песня «Планета спорта», все организованно расходятся.

