**СПОРТИВНОЕ РАЗВЛЕЧЕНИЕ**

**для детей старшего возраста**

**«А ну-ка, девочки, а ну-ка, мальчики!»**

**Цель:** развивать быстроту, ловкость в беге, прыжках, метании.

**Инвентарь:** 2 барьера, 4 кубика, 2 палки, 6 кеглей, флажки, 2 скамейки, 2 обруча, 6 мячей, 2 туннеля, канат, веревка, снежки.

**Ход развлечения:**

**Воспитатель:** Ребята, сегодня у нас соревнования между мальчиками и девочками. Вы должны проявить смекалку и находчивость.

**1. Состязание «Кто лучше станцует»**

Дети выполняют ритмический танец под музыку.

**2. Эстафета «Самые ловкие»**

Добежать до барьера, пролезть под ним, перепрыгнуть через «ручеек», оббежать «березку» и вернуться в команду.

**3. Эстафета «Кто быстрей возьмет флажок»**

От стартовой линии на расстоянии 1 м стоит гимнастическая скамейка, затем 5 кеглей на расстоянии 50 см друг от друга. По команде «1,2,3 - беги!» первые участники бегут до гимнастической скамейки, ложатся на нее, проползают. Змейкой бегут между кеглями до флажков, берут по 1 флажку и бегом возвращаются в команду, передовая эстафету другому.

**4. Эстафета «Сделай сугроб»**

От стартовой линии на расстоянии 2,5 м поперек зала отчерчена линия, за которую забегать нельзя, на полу лежат «снежки». На расстоянии 2 м от линии на полу лежит обруч. По команде «1,2,3 - беги!» дети бегут вперед до черты, берут по 1 снежку и бросают в обруч.

**5. Конкурс капитанов «Футбол»**

Обвести мяч между кеглями до отмеченной линии, забить в ворота гол.

**6.** **Эстафета «Бег врассыпную с построением в команду»**

Дети стоят в шеренгах, на противоположных сторонах зала, лицом друг к другу. По команде «1,2,3 - беги!» дети разбегаются по залу. По команде «стройся!» - встают на свои места. Побеждает команда, которая построится быстрее.

**7. Эстафета «Попрыгунчики»**

По команде «1,2,3 - беги!» добежать до обруча, прыгнуть из одного обруча в другой, руки на пояс, пролезть через туннель, подлезть под барьером и возвратиться в команду бегом, передать эстафету.

**8. Перетягивание каната**

**9. Подведение итогов**