**Физкультурный досуг** **по образовательной области «Физическое развитие»**

**с использованием здоровьесберегающих технологий (игры - эстафеты).**

**Тема: «Весёлые старты»**

**(подготовительная к школе группа)**

**Цели:**

* Повысить интерес к физической культуре и здоровому образу жизни.
* Совершенствовать двигательные навыки.
* Воспитывать чувства коллективизма и взаимопомощи.
* Закрепить дружеские отношения между детьми.
* Создать у детей радостное, весёлое настроение.

**Предшествующая работа:** подвижные игры с бегом, прыжками; упражнения с мячом, обручем; игры – эстафеты.

**Оборудование:** магнитофон, музыкальные диски , 2 стойки, 2 мяча, 2 обруча, 10 ленточек, призы для всех участников (медальки), свисток.

**Ход досуга:**

*Под весёлую музыку дети заходят в зал и становятся полукругом.*

**Ведущий:** Здравствуйте, участники! Здравствуйте, болельщики! Очень рады видеть всех на спортивных соревнованиях! Я не зря сейчас с вами поздоровалась, так как слово «здравствуйте» означает пожелание каждому из вас здоровья. В сегодняшних соревнованиях примут участие 2 команды.

*Капитаны представляют свои команды, читают речёвки.*

**Команда «СМЕЛЫЕ»:**

«Если хочешь стать умелым,

Ловким, быстрым, сильным, смелым,

Научись любить скакалки,

Мячи, обручи и палки!

Вот здоровья в чём секрет –

Будь здоров! Физкульт – привет!!!»

**Команда «БЫСТРЫЕ»:**

«Спорт, ребята, очень нужен,  
Мы со спортом очень дружим.  
Спорт – помощник!  
Спорт – здоровье!  
Спорт – игра! Физкульт – ура!!!»

**Ведущий:**

Всем крепкого здоровья   желаю

Спортивное развлечение начинаю!

Ребята желаю каждой команде не только побед, но и бодрого настроения в течение всех состязаний, а также, чтобы участие в эстафетах стало полезным в укреплении вашего здоровья.

**1 эстафета «На перегонки».**  
*Каждый ребёнок с кеглей в руке бежит спиной до стойки, обегает её и возвращается к своей команде, передавая кеглю следующему игроку.*

**2** **эстафета «Передача мяча».**  
*Дети выстраиваются цепочкой в каждой команде и по сигналу начинают по верху передавать мяч назад. Вперёд - мяч передаются снизу. Капитан, которому первому передадут мяч, поднимает его вверх.*

**Ведущий:** Приглашаю участникам немного отдохнуть и показать свою смекалку – отгадать загадки о спорте.

Просыпаюсь утром рано

Вместе с солнышком румяным

Заправляю я кроватку,

Быстро делаю … *(Зарядку)*.

Упадет – поскачет,

Ударишь не плачет,

Он всегда несется вскачь,

Разноцветный круглый *(Мяч).*

Михаил играл в футбол

И забил в ворота *(Гол)*.

Мне загадку загадили:

Это что за чудеса?

Руль, седло и две педали,

Два блестящих колеса.

У загадки есть ответ,

Это мой *(Велосипед).*

Вы подумайте, ребятки.

На чем спортсмены – мастера

Скачут с самого утра?

И с разбегу и на месте,

И двумя ногами вместе

Саши, Лены и Наталки

Крутят весело … *(Скакалки).*

Силачом я стать хочу,

Прихожу я к силачу:

Расскажите вот о чем –

Как вы стали силачом?

Улыбнулся он в ответ:

Очень просто. Много лет

Ежедневно встав с постели

Поднимаю я … *(Гантели).*

**Ведущий: Продолжаем состязанья.**

**3 эстафета «Весёлые прыжки».**  
*Каждый участник своей команды зажимает мяч между колен и прыгает до финишной прямой, стараясь не уронить мяч. Обратно возвращается бегом.  
У линии старта передает эстафету – мяч следующему.*

**4 эстафета «Паучок».**

*У финиша стоит капитан с обручем, дети, стоящие возле старта по сигналу, начинают бежать по одному. Завязывают узлы из ленточек, накрест висящих на обруче. Кто быстрее? Чья команда быстрее «сплетёт паутину».*

**Ведущий:** Ребята, наши игры – эстафеты подошли к концу. Вы все молодцы. Очень старались. Но главное не победа, а участие. Сейчас вы все получите маленький приз за участие в эстафетах.

*Участники команд друг друга поздравляют рукопожатием и дарят медальки.*

Победила дружба! А дружба, как известно, начинается с улыбки. Так давайте, подарим, друг другу и нашим гостям самую добрую, какую только можно улыбку. А сейчас наши замечательные спортсмены совершат «круг почёта».

*Звучит «Песня про спорт».*

**Ведущий:** Закончились соревнования, но дружба дошкольников с физкультурой продолжается.

Путь как цветы

В краю родном

Растут ребята наши,

Пусть будут крепче с каждым днём

И с каждым годом краше. До свидания!