**«Веселые старты»**

**Подготовила:** инструктор по физической культуре Петровых А.А.

**Цель:** Привлечь детей к здоровому образу жизни через спортивные развлечения.

**Задачи:**

***Оздоровительные:***

- способствовать укреплению опорно-двигательного аппарата и формированию правильной осанки.

***Образовательные:***

- формировать двигательные умения и навыки;

- обучать игре в команде.

***Развивающие:***

- развивать быстроту, ловкость, меткость, силу; интерес к спортивным играм.

***Воспитательные:***

- воспитывать потребность в ежедневных физических упражнениях;

- воспитывать в детях коллективизм; развивать чувство товарищества, взаимопомощи; интерес к спортивным играм.

**Оборудование:**

Музыкальное оформление: маршевая музыка на выход команд, музыкальное сопровождение для конкурсов, разминки, танца, на награждение звучат фанфары.

**Ход мероприятия:**

   Под музыку дети в спортивной форме входят в зал (одной колонной, друг за другом). Проходят круг, делятся на две шеренги и останавливаются напротив друг друга.

 Звучит весёлая мелодия. Под неё в зал вбегает клоун Ириска и начинает здороваться с каждым ребёнком.

***Ведущий:*** Ты что делаешь, Ириска?

***Клоун:*** Здороваюсь!

***Ведущий:*** Ты так до вечера будешь здороваться с ребятами. Лучше давай я тебя научу, как надо правильно здороваться, если в зале много детишек.

(Говорит громко) Здравствуйте, ребята!

***Ребята*** (хором): Здравствуйте!

***Клоун:*** Ааааа! (чешет затылок). Я тоже хочу попробовать…

(Говорит шепотом) Здравствуйте, ребятишки!

(Никто не отвечает)

***Клоун:*** (говорит громче) Здравствуйте, ребята!!!

***Дети хором:*** Здравствуйте!!!

***Клоун:*** Вот здорово! Ой, какие молодцы! (потирает ладошки).

***Ведущий:*** Ириска, а у нас сегодня праздник. Мы с ребятами хотим провести «Весёлые старты». Если хочешь, и тебя научим. Оставайся с нами.

***Клоун:*** Спасибо, очень хочу посмотреть и помочь вам!

(Звучит фонограмма веселой мелодии на спортивную тематику).

***Ведущий:*** Здравствуйте, дорогие друзья! Мы начинаем самую весёлую из всех спортивных и самую спортивную из всех весёлых игр – “Весёлые старты”! Здесь собрались лучшие спортсмены детского сада, которые докажут в честном и открытом поединке, что они достойны звания «ПОБЕДИТЕЛИ».

В соревнованиях принимать участие будет две команды: воспитанники старшей группы №4 команда «…………..» и воспитанники старшей группы №5 команда «……………».

***Клоун:*** И так, все зрители собрались.

Спортсмены заждались.

Наш праздник начинается,

Команды представляются!

***Ведущий:*** Слово для приветствия предоставляется команде «…………..»

**Капитан:** Быть здоровым, сильным, смелым,

Ловким, быстрым и умелым –

Будь готов!

**Все дети**: Всегда готов!

***Ведущий:*** Приветствие команды «……………..»

**Капитан:** Никогда не унывай,

Своё тело укрепляй,

Физкультурой занимайся.

Будь здоровым ты старайся.

Это всем понять пора,

В добрый час!

**Все дети**: Физкульт- ура!

***Клоун:*** Ребята, все здоровы? ……

Бегать и играть готовы? ……

Ну, тогда подтянись!

Не зевай! Не ленись!

На разминку становись!

**Разминка «Солнышко лучистое».**

(дети рассыпались горошком по всему залу и под музыку выполняют движения).

***Ведущий:*** Команды построились! Наши соревнования будет судить уважаемое жюри:

1\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Пожелаем успеха обеим командам в предстоящих соревнованиях и перейдем к нашим спортивным соревнования.

**Эстафета №1 «Передай палочку».**

Первый участник берет в руки эстафетную палочку, бежит, обегает конус и, возвращаясь к команде, передает эстафету следующему участнику. Побеждает команда, закончившая эстафету первой.

**Эстафета №2 «Ловкий мяч».**

Первый участник  прокатывает фитбол «змейкой» между ориентирами, Огибает ограничитель и возвращается по прямой к своей команде. Передает фитбол следующему участнику. Побеждает команда, закончившая эстафету первой.

**Эстафета №3 «Кенгуру»**

Первый участник зажимает мяч между коленями, прыжками огибает ориентир и возвращается к своей команде. Передает мяч следующему участнику. Побеждает команда, закончившая эстафету первой.

(Пока участники команд отдыхают, Клоун Ириска проводит игру с болельщиками.)

**Игра «Что полезно, а что вредно?»**

***Ириска*** задает вопросы, а дети отвечают либо «вредно», либо «полезно».

1. Чистить зубы по утрам и вечерам.   
2. Кушать чипсы и пить газировку.  
3. Мыть руки перед едой, после прогулки и посещения туалета.  
4. Гулять на свежем воздухе.  
5. Гулять без шапки под дождем.  
6. Объедаться конфетами, пирожными и мороженым.  
7. Делать по утрам зарядку.  
8. Закаляться.  
9. Поздно ложиться спать.  
10. Кушать овощи и фрукты.

***Ведущая:*** Молодцы ребята! Справились с Ирискиным заданием!

Команды построились, и мы продолжаем соревнования.

**Эстафета №4 «Тоннель»**

Первый участник бежит к тоннелю, проползает через него, добегает до обруча, встает внутрь, берет погремушку, гремит в неё, поднимая вверх руки, кладёт на место, бежит обратно и передает эстафету следующему участнику. Побеждает команда, закончившая эстафету первой.

**Эстафета №5 «Кто быстрее соберет шарики?»**

По залу разбросаны шарики двух цветов. Перед каждой командой стоит корзина. По сигналу все участники команды собирают в свою корзину шарики определённого цвета. Побеждает команда, закончившая эстафету первой.

**Эстафета №6 «Дружные ребята»**

Команды встают в колонну, держась за плечи впереди стоящего. По сигналу движутся вокруг фишки. Побеждает та команда, которая быстрее всех закончит выполнение задания и не расцепит рук.

***Клоун:*** Ребята, а пока жюри подведет итоги ваших соревнований.

Я приглашаю всех на танец «Утят».

**Танец «Утят».**

(танцуют дети двух групп)

***Ведущий:*** Ребята давайте послушаем наше уважаемое жюри.

Подведение итогов, награждение команд (звучат фанфары).

***Клоун:***

Я открою всем секрет –

В мире нет рецепта лучше:

Будь со спортом неразлучен –

Проживешь тогда сто лет!

Вот, ребята, весь секрет.

**Ведущий:** Сегодня на наших соревнованиях нет проигравших – выиграли все, т.к. соревнования помогли подружиться со спортом. Так давайте, на прощание сделаем салют дружбы.

**Игра «Салют дружбы».**

Мальчики кладут по одной ладони на мою ладонь, а девочки кладут свою одну ладонь Ириски. На счет три поднимаем руки верх со словами «Салют».