**МБДОУ детский сад№22 п.Стодолище**

**Сценарий спортивного развлечения в подготовительной группе "Сильные и ловкие".**

Цель: Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни.

Задачи:

- Развивать интерес к спортивным играм-соревнованиям;

- Развивать ловкость, меткость, быстроту;

- Учить играть в команде, действовать сообща, по сигналу;

- Воспитывать здоровый дух соперничества:

- Воспитывать чувства коллективизма и взаимопомощи.

**Оборудование и инвентарь:**2 гимнастические скамейки, плоские гимнастические обручи (8 шт.), 2 мяча, кегли, 2 дуги для подлезания, 2 барьера, канат для перетягивания, мешочки с песком по количеству участников, 4 кубика, эстафетные палочки, островки, кочки.

**Ход мероприятия:**

**Воспитатель:** Внимание! Внимание! Говорит и показывает спортивный зал детского сада "Радуга". Сегодня великое событие - проходят соревнования необычные, от других отличные! Я предлагаю, Вам, поучаствовать в них.

**Воспитатель:**

Чтоб здоровым, сильным быть

Со спортом надо всем дружить

Дети стройтесь по порядку

На активную зарядку.

**Разминка:**

Ходьба на месте

Раз, два, раз, два

Шагает дружно детвора

На полянку, на лужок

Веселей шагай дружок.

Мы шагаем, мы шагаем

Выше ноги поднимаем

Начинается разминка

Встали, выровняли спинки.

Встали смирно, без движения

Начинаем упражнения.

1. *«Вращения руками»*.

Мы к плечам прижали руки

Начинаем их вращать

Прочь усталость, лень и скука

Будем мышцы разминать.

2. *«Рывки руками»*.

А теперь рывки руками

Выполняйте вместе с нами.

Раз-два-три-четыре-пять,

Кто там начал отставать.

3. *«Повороты туловища»*.

Упражнение простое –

Положение рук иное.

Будем делать повороты

Выполнять с большой охотой.

Повороты продолжай

И ладошки раскрывай.

4. *«Повороты головы»*.

А теперь покрутим шеей

Это мы легко умеем.

Как упрямые все дети

Скажем: *«Нет!»* - на всё на свете.

5. *«Наклоны в стороны»*.

Ноги врозь, на пояс руки

Надо спинки нам размять

Наклоняться будем, ну-ка

Не спешить, не отставать.

Вправо и влево ты наклоняйся,

Делай красиво - не ошибайся.

6. *«Наклоны вперёд»*.

Мы сейчас дрова наколем

Раз, два, раз, два

Будут на зиму дрова.

Раз-два-три-четыре-пять

Колем мы дрова опять.

7. *«Приседания»*.

На ноги свои обрати ты внимание

Делай глубокие приседания!

Приседаем мы по счёту,

Раз-два-три-четыре-пять

Это нужная работа –

Мышцы ног тренировать.

8. *«Прыжки»*.

А теперь прыжки у нас

Мы попрыгаем сейчас.

На площадке красный мячик

Выше всех сегодня скачет.

Вместе с мячиком скачу,

До небес достать хочу.

**Воспитатель:** А теперь, приглашаю всех мальчишек и девчонок отправиться вместе со мной на веселые соревнования; предлагаю взять с собой быстроту, смелость, находчивость, смекалку, а заодно захватить терпение.

На состязания приглашаются команды «Силачи» и «Крепыши» - лучшие спортсмены нашей группы. (*Приветствие команд.)*

***1 эстафета: «Удержи равновесие».***

Каждая команда получает по два кубика. Надо поставить кубики один на другой и, взявшись за нижний кубик, пронести их, огибая кегли, до ориентира и вернуться обратно.

***2 эстафета: "Пройди и не урони".***

2 детей, стоя лицом друг к другу, без помощи рук зажимают мяч между грудью и стараются пройти до кегли и вернуться обратно.

***3 эстафета : "Попрыгунчики".***

Дети по очереди прыгают на большом мяче до ориентира, огибают его и также прыгая возвращаются к своей команде. Побеждает команда, которая быстрее справилась с заданием.

А теперь давайте немного отдохнем и отгадаем мои загадки.

1.Болеть мне некогда, друзья,

В футбол, хоккей играю я.

И очень я собою горд,

Что дарит мне здоровье… спорт.

2. Как только утром я проснусь,

Присяду, встану и нагнусь –

Все упражненья по порядку!

Поможет вырасти … зарядка

3. В этом спорте игроки

Все ловки и высоки.

Любят в мяч они играть

И в кольцо его кидать.

Мячик звонко бьет об пол,

Значит, это ... баскетбол

4. Я его кручу рукой,

И на шеи и ногой,

И на талии кручу,

И ронять я не хочу… обруч

5. Соберем команду в школе

И найдем большое поле.

Пробиваем угловой -

Забиваем головой.

И в воротах пятый гол!

Очень любим мы ... футбол

6. Ростом мал, да удал,

От меня ускакал.

Хоть надут он всегда –

С ним не скучно никогда… мяч

7. В честной драке я не струшу,

Защищу двоих сестер.

Бью на тренировке грушу,

Потому что я... боксер.

Молодцы, ребята, но давайте продолжим наши соревнования.

***4 эстафета:****«Донеси – не урони».*

Дети каждой команды по очереди несут на голове мешочек с песком до поворотной отметки и возвращаются назад бегом. У линии старта передают эстафету следующему касанием руки.

***5 эстафета: "Попади в цель".***

У каждого ребенка в руке мешочек с песком. Участникам необходимо, пройдя по гимнастической скамейке, попасть мешочком в цель (бросить его в обруч). Оценивается общее число попаданий в каждой команде.

***6 эстафета: "Полоса препятствий"***

Каждый участник подлезает под дугу, прыгает из обруча в обруч, перешагивает через барьер и бегом возвращаются, передавая эстафетную палочку следующему игроку.

***7 эстафета: "Пройди - не оступись".***

Все участники поочередно проходят по змейке, по кочкам, прыгают по островкам и бегом возвращаются к команде, передавая эстафетную палочку следующему игроку.

Награждение участников.