**Физдосуг "Веселые старты" (2020г.) в группе №10**

**Воспитатель: Коковина Н.А.**

**Инструктор по физ.восп.: Стаценко Р.В.**

**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;
* формировать представление детей об оздоровительном воздействии физических упражнений на организм;
* обучать игре в команде.

***Развивающие:***

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

***Воспитательные:***

* воспитывать в детях потребность в ежедневных физических упражнениях;
* развивать чувство товарищества, взаимопомощь, интерес к физической культуре.

**Ход мероприятия**

**Ведущий 1:** На спортивную площадку приглашаем дети вас!

Праздник спорта и здоровья начинается сейчас!

**Ведущий 2:**Здравствуйте, дорогие ребята и уважаемые гости! Нам очень приятно видеть всех Вас сегодня на нашем празднике! Мы начинаем самую весёлую из всех спортивных и самую спортивную из всех весёлых игр – «Весёлые старты»! Участники соревнований будут состязаться в силе, ловкости, смекалке, быстроте!

**Ведущий 1:** Перед нами лучшие спортсмены детского сада. Какая из команд окажется самой быстрой, самой ловкой, самой находчивой и, конечно, самой дружной – это мы скоро увидим.

**Ведущий 2:** А теперь небольшая разминка!

***Разминка «Солнышко лучистое любит скакать…»***

**Ведущий 1:** Ну что, переходим к нашим соревнованиям.

***Эстафета № 1.***

***"Замена"***

*Инвентарь: 2 мешочка с песком.*

Первый участник берет в руки первый мешочек, бежит до ориентира, кладет мешочек, второй участник берет второй мешочек, бежит до ориентира, меняет мешочек на первый и возвращается обратно. Побеждает команда, закончившая эстафету первой.

***Эстафета №2.***

***"Зайки"***

*Инвентарь: 3 дуги для прыжков вверх.*

Участник добегает до дуги и перепрыгивает через неё с двух ног, обегает ориентир и возвращается обратно.

***Эстафета № 3.***

***"Собери радугу"***

*Инвентарь: обруч, цветные карандаши.*

Первый участник от каждой команды встает в обруч, следующий участник бежит, добегая до цветных карандашей, берет нужный цвет для радуги и возвращается к первому участнику, отдает карандаш. Участник в обруче собирает "радугу".

**Ведущий 2:**А теперь немного отдохнем - отгадайте загадки.

1. Просыпаюсь утром рано, вместе с солнышком румяным,

Заправляю сам кроватку**, б**ыстро делаю … **(***Зарядку***)**

1. Не похож я на коня, а седло есть у меня.

Спицы есть, они, признаться, для вязанья не годятся.

Не будильник, не трамвай, а звоню я, то и знай. (*Велосипед*)

1. По пустому животу бьют меня — невмоготу!

Метко сыплют игроки мне ногами тумаки. (*Футбольный мяч*)

1. Когда весна берет свое и ручейки бегут звеня,

Я прыгаю через нее, ну, а она — через меня. (*Скакалка*)

1. Ноги в них быстры и ловки. То спортивные... (*Кроссовки*)

***Эстафета №4***

***«Забей гол».***

*Инвентарь: 2 мяча, ворота.*

По команде старт, капитаны команд начинают вести мячи руками до ориентира, забивают мячи в ворота ногами, берут мячи в руки, возвращаясь передают эстафету следующему.

***Эстафета №5***

***«Собери змейку».***

*Инвентарь: 3 дуги.*

По команде игроки на коленях пролезают под дугами до ориентира, ждут следующего участника. Когда вся команда собралась, все на коленях возвращаются на старт.

**Ведущий 2:**Сегодня на наших соревнованиях нет проигравших – выиграли все, т.к. соревнования помогли подружиться со спортом. Победила дружба. А дружба, как известно, начинается с улыбки. Так давайте, подарим друг другу самую добрую, какую только можно улыбку.

**Ведущий 1:**И вот подводим мы итоги,

Какие б ни были они.

Со спортом будем мы дружить,

И нашей дружбой дорожить.

И станем сильными тогда.

Здоровыми, умелыми,

И ловкими, и смелыми.

**Ведущий 2:** Занимайтесь спортом, укрепляйте своё здоровье, развивайте силу и выносливость! Будьте здоровы, до новых встреч!