

Конспект спортивного досуга
в разновозрастной группе
«Со спортом дружим мы всегда»

Составила: Столяренко Е.А.

Х. Денисов
16 марта 2022г.

Цель: укреплять здоровье детей, воспитывать у детей стремление быть здоровым, формировать двигательную активность.

Задачи:

1. Пропагандировать здоровый образ жизни;
2. Развивать физические и волевые качества у детей, развить умение взаимодействовать друг с другом;
3. Сформировать представления о том, что только здоровый образ жизни делает человека сильным и бодрым;
4. Привлечь детей к занятиям физической культуры и спортом;
5. Доставить детям удовольствие от занятий физкультурой, способствовать развитию положительных эмоций.

Ход досуга:

Ведущий. Дорогие, ребята! Сегодня мы собрались в этом зале, чтобы ещё раз убедиться в том, какие мы крепкие, быстрые, ловкие.

У нас есть две команды: «Колобки» и «Звёздочки».

И сейчас мы начинаем наши весёлые и озорные эстафеты! Вы готовы?

(Ответ детей)

Воспитатель: Что бы начать наши соревнования, для начала, нам надо очистить наш зал от разбросанных игрушек:

1 задание **«Кто больше соберет игрушек»**

Дети собирают игрушки, какая команда больше. Правила: собирать только в свои корзинки, которые держат капитаны.

Воспитатель: Молодцы все игрушки собрали, и теперь мы можем начинать наши соревнования.

2 задание: **«Воздушные шары»**

Задание: пробежать до кубика и обратно с шариками в руках.

3 задание **«Прокати мяч»**

Задание: первые номера в командах получают по мячу. По сигналу они прокатывают мяч, оглябая указатели до флажка, возвращаются, неся мяч в руках. Мячи передаются вторым игрокам, потом третьим и т.д.

Воспитатель: Давайте немножко отдохнем! Загадки отгадывать умеете? Ну сейчас и посмотрим!

1. Он лежать совсем не хочет.

Если бросить, он подскочит.

Чуть ударишь, сразу вскачь,

Ну, конечно – это ...

(Мяч)

2. То вприпрыжку, то вприсядку

Дети делают ...

(Зарядку)

3. Я его кручу рукой,
И на шею и ногой,
И на талию кручу,
И ронять я не хочу.

(Обруч)

4. Коль крепко дружишь ты со мной,
Настойчив в тренировках,
То будешь в холод, в дождь и зной
Выносливым и ловким.

(Спорт)

5. Чтобы быть здоровым с детства
И уж взрослым не хворать.
Нужно каждым утром ранним
Упражнения прописать.
Нужно встать, присесть, нагнуться,
Вновь нагнуться, подтянуться.
Пробежаться вокруг дома.
Это всем из вас знакомо?
Будет всё у вас в порядке,
Если помнить о ...

(Зарядке)

Воспитатель: Молодцы! Загадки вы все отгадали!

4 задание: **«Кто быстрее?»**

Задание: с погремушкой в руках пробежать «змейкой» между кеглями и передать эстафету следующему участнику.

5 задание: Участникам нужно сбить мячом, как можно больше кеглей.

Воспитатель: А наши дети в детском саду совсем не скучают, и всегда играют. И я сейчас предлагаю детям превратиться в мышек.

Подвижная игра «Кот и мыши»

Дети встают в круг, взявшись за руки. В середине круга на стульчики находится кот. Ведущий читает слова:

Водят мыши хоровод,
На пригорке дремлет кот.
Тише, мыши, не шумите,
Кота Ваську не будите.
Вот проснется Васька кот,
Разобьет ваш хоровод.

(на окончание слов ведущего кот «просыпается», и мяукает дети убегают)

и прячутся в норках – обручи, лежащие на полу).

- Ни одной мышки не поймал кот, потому что они ловкие и быстрые и все спрятались в свои норки.

Воспитатель: Прошу команды построиться. Вот и подошли наши соревнования к концу.. И у нас нет победителей, победила дружба! Какие все ребятки молодцы: умные, смелые, ловкие, спортивные!

Воспитатель:

Теперь всем отдохнуть пора,
Устали вы сейчас.

Вот вам подарок, детвора!

Пусть он поддержит вас

