

## Спортивный досуг «Весёлое настроение» в старшей разновозрастной группе «Вишенка».

13.02.2026 г.

### 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.

### Ход мероприятия:

Сегодня мы собрались, чтобы ещё раз убедиться в том, какие мы с вами крепкие, быстрые, ловкие. Чтобы одержать победу нашим участникам придётся очень постараться, но главное помогать друг другу во всех испытаниях. Вот мы и посмотрим какая команда самая дружная.

*(представление жюри)*

Сейчас я представлю состав жюри:

В наших соревнованиях принимают участие две команды:

Команда «Задорные»

**Капитан:** Наш девиз: «У «Задорного» девиз: где трудней – туда стремись!»

Команда «Неуловимые»

**Капитан:** Наш девиз: Нас не поймаешь! Нас не найдешь! Неуловимых не проведешь!»



### 1 эстафета «Прокати мяч».

У каждой команды по 1 мячу. Необходимо как можно быстрее прокатить мяч между обручами до кегли. Обрато бегом по прямой линии. Оценивается скорость и аккуратность выполнения задания.



### 2 эстафета «Кто быстрее».

У каждого ребенка в команде мяч и 5 больших обручей, которые придерживают болельщики. Необходимо пробежать сквозь обручи до линии финиша и положить мяч в обруч. Бегом вернуться в свою команду. Следующий участник эстафеты пробегает сквозь обручи и забирает мяч. Оценивается скорость и аккуратность выполнения задания в каждой команде.



### 3 эстафета «Пронести шарик на ракетке».

В руках у капитана команды ракетка и воздушный шарик. Нужно как можно скорее перенести шарик на ракетке, не поддерживая его. После выполнения задания, участник эстафеты отдает ракетку и шарик следующему участнику эстафеты. Оценивается скорость и аккуратность выполнения

задания в каждой команде.





#### 4 эстафета «Построй башенку».

Капитаны команд строят на скорость башни. Оценивается время и красота постройки.

#### 5 эстафета «Попрыгущки».

Прыжки на мячах-фитболах до финишной отметки и обратно.



#### 6 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.



#### 7 эстафета. «Пролезь, перепрыгни, доставь мешочек».

У каждого ребенка в руке мешочек с песком. Участнику необходимо подлезть под дугу, перепрыгнуть обруч, проползти по тоннелю и положить мешочек в корзину. Какая из команд быстрее справится с предложенным заданием.

#### 8 эстафета. «Прыжки в

**мешках».**

Бег в мешках. Старинная забава.

Просто смех - глазеть на этот кросс!

Первенство! Турнир! Борьба за славу – первым прискакать! Но бой - всерьез.

Участники команд по очереди прыгают в мешках до финишной черты. Обрато возвращаются точно так же. Оценивается скорость выполнения задания.

В конце мероприятия жюри подводит итог соревнований.

Участники награждаются грамотами, медалями и сладкими сувенирами.

