Физкультурное развлечение «Дружно весело играем и здоровья прибавляем» для старшего дошкольного возраста

**Цель:** Привлечь детей к занятиям физической культурой и спорт

Развивать физические качества: быстроту, силу, выносливость,

гибкость.

Обеспечивать высокую двигательную активность детей

**Оборудование:** 2 обруча, 4 модуля, 2 ориентира, стартовая линия, диск «Музыкальное сопровождение», 10 «следов», 2 попрыгунчика, 6 маленьких мячей, 2 ведерка, 2 больших калоши.

**Вед:** Здравствуйте, ребята! Сегодня в нашем зале состоятся спортивные соревнования, в которых принимают участие команды старших групп «Вместе весело играем, дружно мы весну встречаем!»

Трещали морозы, метели мели,

Но мы не боялись угроз той зимы!

И вот к нам весна постучалась в окно,

И сразу всем стало на сердце легко!

Давайте поприветствуем наши команды. (под марш команды входят в зал, встают напротив друг друга)

**Вед**: На спортивную площадку приглашаю, дети вас,

Праздник спорта и здоровья начинаем мы сейчас!

Но сначала по порядку дружно встанем на зарядку!

**Упражнение «Мы ногами, мы руками»**

Мы ногами топ-топ (топают ногами,

Мы руками хлоп-хлоп (хлопают руками,

Мы глазами миг-миг (мигают глазами,

Мы плечами чик-чик (поднимают поочередно то - правое, то - левое плечо).

Раз – сюда, раз – туда,

Повернись вокруг себя. (Повороты вокруг себя.)

Раз – присели (приседают, руки на поясе,

Два – привстали (поднимаются, руки на поясе).

Руки кверху все подняли (поднимают руки вверх,

Сели – встали, сели – встали (то приседают, то встают, руки на поясе,

Ванькой-встанькой словно стали. (Легкое покачивание головой вправо-влево.)

Руки к телу все прижали

И подскоки делать стали.

А потом пустились вскачь,

Будто мой упругий мяч. (подскоки по кругу)

Раз-два, раз-два,

Заниматься нам пора. (шагают на месте.)

**Вед:** Прошу команды пройти на старт.

Следить за честностью игры будет уважаемое жюри. (представление жюри)

**Вед:** Давайте дадим слово нашим командам (представление команд)

**Вед:** Зима недаром длиться, прошла ее пора,

Весна в окно стучится и гонит со двора.

Пришла пора передавать бразды правления весне.

**И первое задание «Передача эстафетной палочки».**

**Вед:** На прогулку, на прогулку собираются друзья,

На прогулку, на прогулку все пойдем и ты, и я!

**Эстафета «На прогулку»** (надеть большую калошу, оббежать ориентир и вернуться)

**Вед:** Солнышко припекает, снег начинает таять.

**Эстафета «Не замочи ноги»** (пробежать по следам и обратно)

**Вед:** Переправа, переправа, берег левый, берег правый!

**Эстафета «Переправа»** (из обруча в обруч)

**Вед:** А еще весною нас встречи ждут приятные,

Возвращаются домой птицы перелетные.

**Эстафета «Перелетные птицы»** (размахиваю руками-крыльями, обежать все препятствия, ориентир и вернуться в команду.)

**Вед:** Скоро снег растает, проснется вся земля,

Урожай посадят и зацветут поля.

**Эстафета «Посади картофель»** (раскладывать и собирать маленькие мячи)

**Вед:** Проснуться звери, птицы прилетят,

Природа ото сна очнется,

И все жучки и паучки довольны будут солнцу.

**Эстафета «Гусеница».**(всей командой ползут до ограничителя и обратно)

**Вед:** Весна идет! Весна идет! Кругом весне все рады!

И пусть же весна принимает привет от нашего детского сада!

**Эстафета «Привет весне»**(на попрыгунчиках)

**Вед:** Пока жюри совещается, мы с вами поиграем.

**П/и «Гори, гори, ясно»**

**Вед:** Слово предоставляется жюри. Под марш дети выходят из зала.