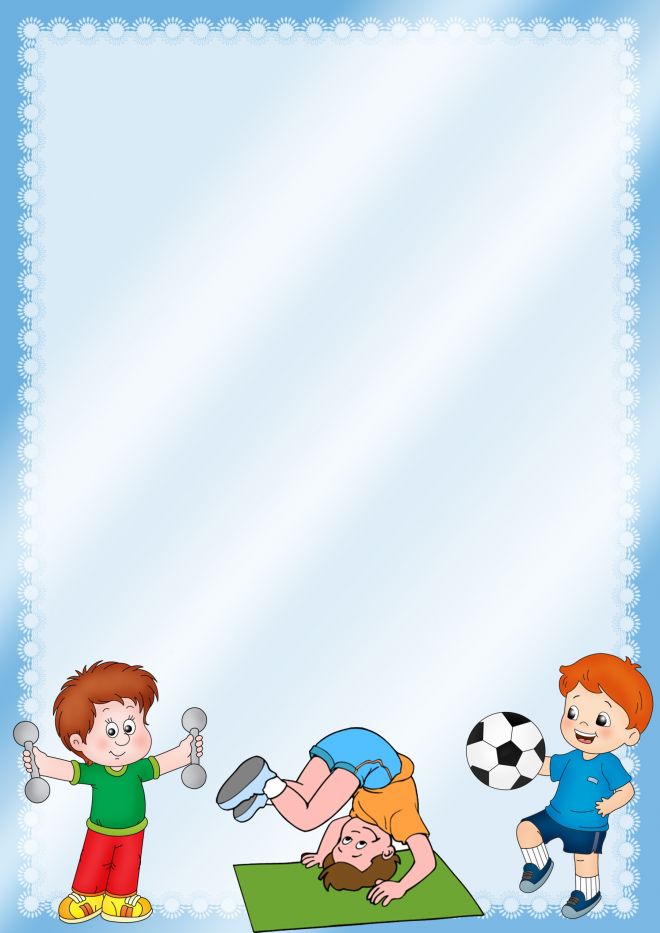
****Муниципальное казенное дошкольное образовательное

учреждение - детский сад комбинированного вида№3

Барабинского района Новосибирской области

Спортивное развлечение

«Нам вместе весело!»

с участием подготовительной группы МКДОУ№3 и учеников 1 класса МБОУ СОШ №93

Провели воспитатели высшей категории:

Михайловской О.В.

Чечулина И.В.

**Цель:**создание условий для формирования здорового образа жизни детей.

**Задачи:**

1.Укреплять мышцы позвоночника и формировать правильность осанки с помощью технологии «Стрейтчинг».

2.Развивать у детей интерес к физической культуре, понимание значения спорта в жизни человека.

3.Воспитывать любовьк физической культуре и спорту, чувства дружбы, интерес к совместному проведению досуга.

4.Пропагандировать здоровый образ жизни.

**Место проведения:** спортивный зал

**Оборудование и инвентарь:**музыкальный центр, свисток, 6 – 8 конусов, 4 мячей, 2 обруча, бланки протоколов для жюри, 2 мяча-фитбола, 2 обруча, 6- шариков красного цвета, 6 шариков зеленого цвета, 6 шариков желтого цвета  
 музыкальное сопровождение «Марш спортсменов», «Эй, лежебоки».

**Для награждения команд:** 2 грамоты.

**Ход развлечения**

**Ведущий 1**: Здравствуйте дорогие участники соревнований и уважаемые гости!

**Ведущий 2***:* Мы рады приветствовать вас на нашем спортивном развлечении «Нам вместе весело!».

**Ведущий 1:** Для того чтобы сохранить хорошую форму и не болеть, нужно заниматься спортом, физическими упражнениями и закаляться.

**Ведущий 1:** Дорогие друзья! Позвольте открыть наши спортивные соревнования.



**Ведущий 2:**

Эй, команды смелые,

Дружные, умелые

На площадку выходите,

Силу, ловкость покажите!

**Ведущий 1:** Встречаем наши команды!

Под марш спортсменов выходят команды по 7 человек.

Команды строятся в 2 колонны.

**Ведущий 2:** Команды приготовиться к приветствию!

**Капитан 1 команды:** Наша команда **«Радуга»**

**Наш девиз:**Мы как радуги цвета, не разлучные никогда!

**Капитан 2 команды:** Наша команда **«Апельсин»**

**Наш девиз:**Мы выносливее всех

Нам помогает звонкий смех!

Команды присаживаются.



**Ведущий 1:** Оценивать ваши успехи будет жюри строгое, но справедливое:

Юлия Анатольевна Захарова – учитель начальных классов школы № 93;

Татьяна Анатольевна Захарова – музыкальный руководитель детского сада;

Олеся Валерьевна Булгакова – инструктор по физической культуре детского сада.

**Ведущий 2:** Поприветствуем наше жюри. Слово предоставляется жюри

**Ведущий 1:** Перед любыми соревнованиями нужно провести разминку, подготовить тело к физическим нагрузкам, размять все мышцы, все как полагается у настоящих спортсменов.

Звучит музыкальное сопровождение «Эй, лежебоки!»

Дети по показу выполняют упражнения.

**«Веселая зарядка»**

****

**Ведущий 2:** Дети! Слушайте сейчас

Вот спортивный наш наказ:

Соревнуйтесь в дружбе, мире,

Места нет у нас задире,

Маленьких не обижать,

Что же, можем начинать!

**Ведущий 1:** Команды приглашаю вас занять свои места, для первой эстафеты.

**Эстафеты**

**1 эстафета «Кенгуру»**

«Кенгуру» - прыжки на мячах – фитболах до ориентира, обогнуть его. Бегом вернуться, передать эстафету следующему игроку.

(Побеждает команда, первой закончившая эстафету)

****

**2 эстафета «Жадина»** - на противоположном конце площадки кладут 2 обруча. Первым участникам вручают по 2 мяча. По сигналу первый участник бежит до обруча, кладет мячи в обруч и возвращается назад. Следующий участник бежит до обруча, берет 2 мяча, возвращается назад и передает 2 мяча следующему участнику своей команды. И так до последнего шестого участника в команде.

(Побеждает команда, первой закончившая эстафету)



**Ведущий 1**предлагаю отдохнуть, и провести игру для наших болельщиков.

**Игра для болельщиков «Если весело живется, делай так!»**

****

**Ведущий 2:** Команды предлагаю вам продолжить наши соревнования.

**Эстафеты**

**3 Эстафета «Сквозь паутину».**

Первый участник бежит змейкой вокруг сигнальных конусов, пролазит сквозь обруч – «паутину», добегает до ориентира, оббегает его, бежит и встает в конец колонны.

(Побеждает команда, первой закончившая эстафету)

**4 эстафета «Мяч водящему»** - от черты капитан бро­сает мяч участнику команды, первому, стоящему в колонне. Тот ловит мяч, возвращает его водящему, а сам присаживается. Капитан ловит мяч и бросает его следующему участнику команды и т. д., пока последний участник не присядет. Побеждает команда, в которой последний участник первым вернет мяч капитану.

**5 эстафета «Туннель» -** участники команд друг за другом пролазают сквозь туннель. Побеждает команда, первой закончившая эстафету.



**6 эстафета «Найди необходимый шар» -** первый участник бежит к коробке, в которойнаходятся шарики разных цветов: красные, желтые, зеленые. Ему необходимо найти нужный цвет, взять шарик и бежать в команду, чтобы передать эстафету следующему игроку. Побеждает команда, первой закончившая эстафету.

**Конкурс для болельщиков «Сила-гибкость-ловкость»** игра на развитие внимания**.**

**Ведущий 1:** Ребята, я хочу проверить внимательные ли вы. Если я подаю команду**«Сила»** - руки нужно согнуть к плечам, если услышите команду **«Гибкость» -** руки нужно поднять вверх и прогнуться, если же я произнесу слово **«Ловкость»** - вам нужно наклониться вперед. Инструктор называет команду, дети быстро показывают задание.

**7 эстафета «Стрейтчинг» -** упражнения, предназначенные для растягивания мышц, связок и сухожилий.

*«Кошка»*И.п. Стоя в упоре на ладони и колени.

1) Прогнуться в пояснице, голову поднять вверх и вперед – вдох.

2) Округлить спину, голову опустить вниз – выдох.

*«Веточка»*

И. п.: узкая стойка, руки вытянуты вперёд и сцеплены *«в замок»*.1-поднять руки над головой; 2- вернуться в и. п.

*«Деревце»*И.п. Пятки вместе, носки разведены, руки опущены вдоль тела.

1) Поднять прямые руки над головой – вдох.

2) Опустить руки, расслабиться – выдох.

*«Звездочка»*И.п. Ноги на ширине плеч, стопы параллельно, руки опущены вдоль туловища.

1) Вытянуть руки в стороны ладонями вниз – вдох.

2) Руки опустить вниз, расслабиться – выдох.

*«Солнышко»*И.п. Ноги на ширине плеч, левая (правая) стопа развернута наружу, руки в стороны.

1) На выдохе – наклоняться в левую (правую) сторону, пока левая (правая) рука не коснется пола, правая (левая) рука вытянута вверх.

**Ведущий 1***:* Для подведения итогов соревнований командам построится.

(Команды строятся в центре спортивного зала)

**Ведущий 2:** Слово предоставляется председателю жюри для подведения итогов наших соревнований.

(Жюри подводит итоги прошедших эстафет и проходит процедура награждения грамотами за участие в спортивном развлечении «Нам вместе весело!»)

****

**Ведущий 1:**

Всем спасибо за внимание

Говорим всем до свидания,

До счастливых новых встреч!

Под музыкальное сопровождение «Марш спортсменов» команды проходят круг почета и выходят из спортивного зала.

