[**Физкультурное занятие** **в старшей группе «Весёлые старты!»**](http://xn----38-53dwcf1akj7fei.xn--p1ai/pedagogicheskie-i-metodicheskie-merop/fizkulturnoe-razvlechenie-veselyie-startyi-v-starshey-podgotovitelnoy-gruppe.html)

**инструктор по ФК: Рыжков А.А.**

**Цель:** Совершенствовать физические качества у детей во всех видах двигательной деятельности

**Задачи:**

Доставить детям радость от участия в спортивных играх;

Способствовать формированию основ здорового образа жизни;

Совершенствовать изученные навыки основных движений в игровой деятельности;

Развивать ловкость, быстроту реакции, выносливость;

Учить детей взаимодействию со сверстниками, способствовать сплочению детского коллектива;

**Ход спортивного развлечения:**

На спортивную площадку

Приглашаем дети вас!  
Праздник спорта и здоровья  
Начинается сейчас!  
**Инструктор:**  
-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!   
-Давайте поддержим и поприветствуем наших участников.(хлопают)

Какая  из  команд окажется самой быстрой, самой ловкой. Самой находчивой и, конечно, самой, дружной, то-мы, скоро, увидим.  
Чтобы добиться хороших результатов  в соревнованиях, вам, ребята, надо не унывать и не зазнаваться. Я желаю вам, ребята, больших успехов в предстоящих соревнованиях, желаю побед, и всем командам: – Физкульт!  
**Дети**: Привет!  
**Инструктор.** Команды обязуются соревноваться!  
Все: честно, по правилам!  
*А теперь небольшая разминка!*  
На разминку становитесь.

(Разминка в кругу – прыжки на месте с поворотом вокруг себя, прыжки ноги вместе - врозь, вперед в круг – назад из круга, по кругу друг за другом произвольные прыжки)

**Инструктор**: Вы готовы к соревнованию? Тогда начинаем! За победу в каждой эстафете команда получает флажок. Выигрывает та, которая наберёт большее количество очков. Команды, поприветствуйте друг друга.

**Эстафета № 1** **«Мы – спортсмены»**

(прыжки в высоту с места – перепрыгивание веревочки, обратно к команде – бегом, передача эстафеты - хлопок)

**Инструктор**: отлично, все – молодцы. Но это еще не все. Приступаем к следующему заданию? Команды готовы?

Вот, ребята, вам мячи,-

Тренируйтесь ловкачи.

Кто быстрее донесет,

Приз команде принесет.

**Эстафета№2: «Попрыгунчики».**

Прыжки из обруча в обруч, назад к команде – бегом, передача эстафеты – хлопок ладошки передающего по ладошке принимающего.

**Эстафета №3 «Боулинг»**

(Перепрыгнуть через гимнастические палки на двух ногах, прокатить массажный мяч, сбив кеглю, взять мяч, обежать контрольную стойку, обратно бегом, передать мяч-эстафету следующему).

**Эстафета №4 «Все за одного».**

Воспитатель дает обруч капитанам команд. Они одевают обруч сверху и держат его на уровне пояса. На слова «На старт, внимание, марш» капитаны начинают бег по залу, обегают стулья, возвращаются к команде, захватывают обручем следующего игрока и продолжают эстафету вдвоем и т. д. до последнего участника команды. В эстафете побеждает та команда, которая первая в полном составе, обхваченная обручем, вернется к старту.

**Эстафета№5 «Почта».**

Участники команд встают в шеренги по всей длине зала. Перед каждым капитаном лежит стопка газет. По сигналу участники эстафеты передают по цепочке по одной газете. Последний в шеренге складывает газеты в лоток. Побеждает команда, передавшая большее количество газет за одну минуту.

**Эстафета №6 «Газетный мяч».**

В течение минуты участники снимают газеты в комки и выкладывают из них цепочку. Побеждает команда, цепочка которой окажется длиннее.

**Инструктор.-** Молодцы, ребята, вам понравились наши спортивные соревнования? И по единому мнению жюри победила команда ... Давайте им поаплодируем!(Награждение победителей и участников соревнований медалями

Вот и выявили победителей.   
Скажем спасибо жюри и зрителям.   
Спортсменам – новых побед!   
А всем – наш спортивный привет!   
Участники под марш уходят из зала.