**Спортивный досуг в подготовительной группе**

**«Дружные ребята»**

Цель: формировать знания детей о пользе занятия спортом.

1. Образовательные: расширять знания детей о факторах, способствующих укреплению здоровья, формировать представление о разных видах спорта.

2. Развивающие: развивать познавательный интерес к здоровому образу жизни.

3. Воспитательные: воспитывать самостоятельность, инициативность. Предоставлять детям возможность оценить свои достижения, ощутить радость от соревнований и своих знаний.

Воспитатель:

Начинаем наши осенние старты!

На спортивную площадку, приглашаем всех сейчас.

Праздник спорта и здоровья, начинается у нас.

Вот здоровья в чём секрет!

Будь здоров! Физкульт – привет!

Представление команд:

Воспитатель:

Команда: «Улыбка»

Командир: «Наша команда - улыбка!»

 «Наш девиз»

 Все вместе: «Жизнь без улыбки ошибка

Да здравствует смех и улыбка!»

Воспитатель:

Команда: «Дружба»

Командир: «Наша команда – дружба!»

 «Наш девиз»

Все вместе: «Дружба и успех, мы победим

сегодня всех!»

Упражнения на разминку.

1.Ходьба друг за другом, как участники соревнования.

2.Лёгкий бег по кругу.

3. Ходим как медведи.

Ходьба по внешней стороне стопы. Руки широко расставлены в стороны. Шаги медленные, неуклюжие.

4.Ходим как жирафы.

Ходьба на носках, ноги прямые, руки поднять вверх, кисти соединены.

5.Ходим как аисты.

Ходьба с высоким поднятием колен, руки высоко вверх, потом вниз.

6. Прыгаем как зайцы.

Прыжки вперёд с продвижением вперёд. Руки согнуты перед грудью, кисти рук опущены вниз.

Воспитатель. А теперь начинаем наши соревнования!

* Эстафета: «Передай хорошее настроение другому ребёнку»

(Ребёнок бежит с мячом, добегая до конуса, оббегают и передают мяч другому.)

* Эстафета: «Мы по лужам не пойдём, мы все лужи обойдём»

(Ребёнок оббегает лужи, возвращается, потом бежит другой.)

* Эстафета «Паровозик - Дружба»

(Дети берутся друг за друга, паровозиком, оббежать препятствия и возвращаются обратно.)

* Эстафета «Сбей кеглю»

(Ребёнок мячом сбивает кеглю и становится в конце.)

* Эстафета «Собери смайлики»

(Дети бегут за смайликом, несут в корзинку.Кто больше соберёт, та команда самая весёлая.)

 Физкультминутка.

Раз, два, три, четыре, пять.

Будем прыгать и скакать!

(Прыжки на месте.)

Наклонился левый бок.

(Наклоны туловища влево, руку вверх.)

Раз, два, три, наклонился правый бок.

(Наклоны туловища вправо, руку вверх.)

А сейчас поднимем ручки.

(Руки вверх.)

И дотянемся до тучки!

Сядем на дорожку. (Присели на пол.)

Разомнём мы ножки.

Согнём правую ногу.

(Сгибаем правую ногу в колене.)

Раз, два, три, согнём левую ножку.

Раз, два, три, ноги высоко подняли.

(Подняли ноги вверх.)

И немного подержали.

Воспитатель: Молодцы ребята, не устали?

Воспитатель: Внимание – переменка!

Девочки – внимание, мальчики – внимание!

Есть для вас ещё одно, весёлое задание!

 «Доскажи словечко»

1.Просыпаюсь утром рано, вместе с солнышком румяным. Заправляю сам кроватку, быстро делаю……

(Зарядку)

2.Хочешь ты любить рекорд, так тебе поможет……

(Спорт)

3.Ясным утром вдоль дороги, на траве блестит роса.

По дороге едут ноги и бегут два колеса.

У загадки есть ответ. Это мой……(Велосипед)

4.Во дворе с утра игра, разыгралась детвора.

Крики «шайбу!», «мимо!», «бей!» -

Там игра идёт…..(Хоккей)

5.Не обижен, а надут, его по полю ведут.

А ударят – нипочём, не угнаться за…..(Мячом)

6.Кто на льду меня догонит? Мы бежим в перегонки.

А несут меня не кони, а блестящие…..(Коньки)

7. Чтоб большим спортсменом стать, нужно очень много знать. Вам поможет здесь сноровка.

И конечно…….(Тренировка)

Воспитатель:

Мы со спортом крепко дружим

Спорт для всех нас очень нужен

Спорт – здоровье, спорт – игра

Скажем спорту мы – УРА!