**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение центр развития**

**ребёнка – детский сад № 53 «Росточек»**

**Конспект физкультурного досуга**

**для детей подготовительной группы**

**«Наши спортивные достижения»**

/в рамках проведения Недели здоровья/

**Подготовила и провела**

**Инструктор по физической культуре**

**Пахомова Н.И.**

**г.о. Мытищи, 2018**

**Цель:** Привлечь детей к здоровому образу жизни через спортивные развлечения.

**Задачи:**

-Способствовать укреплению опорно-двигательного аппарата и формированию правильной осанки.

-Совершенствовать двигательные умения и навыки; формировать представление детей об оздоровительном воздействии физических упражнений на организм; обучать игре в команде.

-Развивать внимание, быстроту, силу, ловкость, меткость, память, интерес к спортивным играм;

-Воспитывать в детях потребность в ежедневных физических упражнениях; развивать чувство товарищества, взаимопомощь, интерес к физической культуре.

**Оборудование:** конусы, 2 эстафетные палочки, медболы, корзины , мешочки с песком, скакалки, тоннели, 2 обруча.

**Ведущий:** «Ребята, мы собрались на наш спортивный праздник. Сегодня вы покажите всем, чему вы научились, занимаясь физкультурой, и каких достижений мы с вами достигли.

**Ведущий:** «Из ребят никто не болен

каждый весел и здоров,

Начинаем подготовку,

Выходи на тренировку

Встанем смирно без движенья

Начинаем упражненья.

**Ведущий:** И перед тем как нам начать наши соревнования,

Команды, на разминку врассыпную становись! *Проводится общая разминка.*

**Ведущий:** Ну что пора начать наши соревнования, но сначала мы назовём наши команды */Дети придумывают название команд/*

**Ведущий:**  спортсмены к соревнованиям готовы?

**Дети**: ГОТОВЫ!

**Ведущий:** Внимание! Начинаем соревнования! Команды к линии старта, марш!

**Ведущий: Первая эстафета «Передай эстафетную палочку»**

Первый участник команды по свисткуоббегает «змейкой» конусы и по прямой возвращается к команде, передает эстафетную палочку следующему участнику команды и т.д. Побеждает та команда, капитан которой первым поднимет эстафетную палочку вверх*.*

**Ведущий: Команды, готовы! На старт, внимание, свисток!**

**Эстафета № 2 «Гигантский прыжок»**

(участвуют: 4 девочки, 4 мальчика)

Прыжок в длину выполняют мальчики от каждой команды по очереди, затем девочки.

Первый участник выполняет прыжок в длину с места толчком двумя ногами, остальные последовательно выполняют прыжки с места приземления предыдущего участника. Побеждает та команда, которая оказалась дальше от стартовой линии.  Эстафета не на скорость, а на дальность прыжка.

**Ведущий: Эстафета № 3 «Самый дальний бросок»**

(участвуют: 4 девочки, 4 мальчика)

Бросок медбола выполняют мальчики от каждой команды по очереди, затем девочки.

От стартовой черты первый участник из исходного положения: стоя, мяч за головой выполняет бросок, волонтеры фиксируют его результат, далее выполняет бросок следующий участник и т.д.

**Ведущий: Эстафета № 4 «Попади – не промахнись!»**

Каждый из участников команды метает мешочек в корзину. Побеждает та команда, у которой в корзине окажется больше мешочков.

**Ведущий: Эстафета № 5 «Самый ловкий!»**

По одному из участников каждой команды начинает прыгать через скакалку. Судьи записывают количество прыжков. Выигрывает команда, прыгнувшая наибольшее количество прыжков.

**Ведущий: Эстафета № 6 «*Шестая эстафета -*** ***«Полоса препятствий».***

Каждый из участников команды должен проползти через тоннель, затем продеть обруч через голову, перепрыгнуть через препятствие, оббежать конус и наконец, вернуться к своей команде. Передача эстафеты – по руке. Победит та команда, капитан которой поднимет руку первым по окончании соревнования.

**Ведущий:** Молодцы! Со всеми испытаниями справились. И перед тем как нам подвести итоги предлагаю потанцевать.

**Ведущий:** Команды, внимание в шеренгу на награждение становись. Слово для подведения итогов наших соревнований предоставляется нашим судьям

*Награждение команд. Вручение грамот и призов.*

**Ведущий:**

Сегодня проигравших нет,  
Есть просто лучшие из лучших.  
Пусть в каждом сердце дружбы свет,  
Зажжет поступков добрых лучик.