**Спортивная эстафета «Веселые старты» средняя группа.**

*Подготовила воспитатель: Селезнева Е.А. совместно-с инструктор по физической культуре Прониной Г.А.*

**Цель:** привлечь детей к занятиям физической культурой и спортом, оказывающие эффективное влияние на повышение уровня физического воспитания детей.

**Задачи:**

Воспитывать стойкий интерес к физкультуре и спорту, к личным достижениям.

Развивать творческую активность, инициативу, коммуникативные способности.

Формировать познавательную активность.

Совершенствовать двигательную деятельность детей, обогащение двигательного опыта детей.

Развивать физические качества детей: ловкость, выносливость, быстроту, силу.

Позабавить детей, доставить им удовольствие.

Обеспечить физическое и психическое благополучие.

**Оборудование:** мячи, каталка-колесо(2 шт.), мягкие диски, корзины, веселая музыка, круглое полотно, стулья.

**Воспитатель:** Здравствуйте, дорогие друзья! Сегодня мы проводим «Веселые старты»! Команды самых ловких, сообразительных и умных ребят докажут в честном и открытом поединке, что они достойны звания "Чемпионы!". Сегодня в нашем зале встречаются команды: «Лисята» и «Зайчата».  
Пожелаем успеха обеим командам в предстоящих соревнованиях! Но прежде чем начать соревнования, необходимо провести разминку.  
Команды, на разминку! (Дети становятся врассыпную по залу.)

**Звериная зарядка.(Проводит физ.инструктор)**

Раз - прыжок, два - присядка,

*Движения по тексту.*

Это заячья зарядка.

А лисята, как проснутся,

*Кулачками - глаза.*Любят долго потянуться!

*«Потягушки»*

Обязательно зевнуть!

*«Зевок», прикрывая рот.*

Ну и хвостиком вильнуть!

*Движение бедрами в стороны.*

А волчата - спинку выгнуть

*Прогибы в спине вперед.*И легонечко подпрыгнуть!

*Легкий прыжок вверх.*

Ну, а мишка косолапый,

*Имитация движений «мишки».*

Широко расставив лапы

*Ноги на ширине плеч.*

То одну, то обе вместе

*Переступание с ноги на ногу.*Долго топчется на месте!

*Раскачивание туловища.*

А кому зарядки мало — начинает все сначала!

*Ходьба на месте.*

**1эстафета.** «Прокати каталку колесо змейкой между ориентирами»

Играющие делятся на две команды. Каждая из них становится колонной по одному. Головные – с каталками в руках. Участники поочередно должны провести каталку зигзагообразно между стульями, таким же образом возвратиться на старт.

(*Чья команда быстрее выполняет, та и победитель эстафеты*).

**



**2 эстафета.** «Прокати мягкий диск».  
Диск катить двумя руками в одну сторону, затем в другую до линии старта. У линии старта передают эстафету следующему. (*Чья команда быстрее выполняет, та и победитель эстафеты*).



**3 эстафета.** «Собери мячи в корзину».  
Первый участник бежит до ограничителя, за которым в корзине лежат все мячи, берет один мяч и возвращается к команде, кладет мяч в пустую корзину, затем бежит следующий участник. Так необходимо перенести все мячи из полной корзины в пустую. (*Чья команда быстрее выполняет, та и победитель эстафеты*).

**4 эстафета:** *«Передай мяч»*

 Капитан команды по сигналу ведущего бежит, берет мяч и передает его следующему игроку тот бежит и возвращает мяч на место, следующий игрок бежит опять берет мяч и передает его игроку и так до тех пор, пока последний участник не вернет мяч на исходное положение. (*Чья команда быстрее выполняет, та и победитель эстафеты*).

**Воспитатель:** Давайте немножко отдохнем! Загадки отгадывать умеете? Ну, сейчас и посмотрим!  
1.Он лежать совсем не хочет.  
Если бросить, он подскочит.  
Чуть ударишь, сразу вскачь,  
Ну, конечно – это ...   
(Мяч)   
2.То вприпрыжку, то вприсядку  
Дети делают ...  
(Зарядку)  
3.Я его кручу рукой,  
И на шеи и ногой,  
И на талии кручу,  
И ронять я не хочу.  
(Обруч)  
4.Коль крепко дружишь ты со мной,  
Настойчив в тренировках,  
То будешь в холод, в дождь и зной  
Выносливым и ловким.  
(Спорт)  
5.Чтобы быть здоровым с детства.

И уж взрослым не хворать.  
Нужно каждым утром ранним  
упражнения прописать.  
Нужно встать, присесть, нагнуться,  
Вновь нагнуться, подтянуться.  
Пробежаться вокруг дома.  
Это всем из вас знакомо?  
Будет всё у вас в порядке,  
Если помнить о ...  
(Зарядке)  
  
**Физ. инструктор:** Молодцы! Загадки вы все отгадали!  
Ведущий: Давайте подведем итоги соревнований. Команда «Лисята » и команда «Зайчата» оказались быстрыми и дружными. И за это вас ждет угощение!

**Воспитатель:**  
Славно вы повеселились,  
Поиграли, порезвились,  
А теперь пришла пора,  
Расставаться, детвора.  
Перед тем, как попрощаться  
Я хочу вам пожелать:  
Здоровья крепкого,  
Чаще улыбаться,  
И никогда не унывать!

**А сейчас ребята давайте сделаем салют из мячиков!**

