

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД № 17»

Конспект спортивного досуга на тему:
«Веселые старты»

Выполнила : Фургасова Вера
Павловна

Студентка ГПОУ ЯО Ростовского

Педагогического колледжа

Специальность: 44.02.01

Дошкольное образование

Ростов 2025

Вводная часть:

Здравствуйте, ребята! Сегодня мы с Вами проведем «**Веселые эстафеты**». Вы покажите свою ловкость, меткость, быстроту, силу и выносливость. Все эти качества нам очень важны, но помните, что сражаться и побеждать нужно дружно, честно и справедливо! Вы готовы? Тогда, начнем с разминки.

Ходьба в колонне по одному, на носках, руки вверх, на пятках, руки на поясе; ходьба и бег по сигналу воспитателя; прыжки на двух ногах через препятствия.

На «**Веселую зарядку**» становись!

Общеразвивающие упражнения :

1. И. п. - стойка ноги на ширине ступни, параллельно, руки на пояс. 1—руки в стороны; 2 —руки вверх, поднимаясь на носки; 3 — руки в стороны; 4 —вернуться в исходное положение.

2. И. п. — стойка ноги на ширине плеч, руки за голову. 1 — поворот туловища вправо, руки в стороны; 2 —вернуться в исходное положение. То же влево.

3. И. п. —стойка ноги на ширине плеч, руки вниз. 1—руки в стороны; 2 —наклон к правой (левой) ноге, коснуться пальцами рук носков ног; 3 —выпрямиться, руки в стороны; 4—вернуться в исходное положение.

4. И. п.— основная стойка руки на пояс. 1—2 —присесть, руки вынести вперед; 3—4 —вернуться в исходное положение.

5. И. п. —основная стойка пятки вместе, носки врозь, руки вниз. 1 — правую ногу в сторону, руки в стороны; 2 — правую руку вниз, левую вверх; 3 — руки в стороны; 4 — приставить правую ногу, вернуться в исходное положение. То же влево.

6. И. п.— основная стойка руки на пояс. 1 —прыжком ноги врозь, руки в стороны; 2 —вернуться в исходное положение. На счет 1—8 повторить 3—4 раза. Выполняется в среднем темпе под счет воспитателя или музыкальное сопровождение.

Основная часть:

Игра «**Веселая эстафета**».

Дети делятся на 2 команды.

Повторяем с детьми правила **эстафет** :

- Играем честно и сообща;
- Играем не ради корысти, а ради удовольствия;
- Если выиграл - радуйся, если проиграл - не расстраивайся.

Все вместе с детьми:

«Спорт, ребята, очень нужен,

Мы со спортом очень дружим!

Спорт – помощник, спорт – здоровье!

Спорт – игра! **Физкульт – ура!**

1 эстафета. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.

У каждой команды по 3 обручей. Необходимо как можно быстрее пропрыгать из обруча в обруч, при этом их не задеть. Оценивается скорость и аккуратность ребенка.

2 эстафета. Попади в цель.

У вас есть мяч на каждую команду , вам нужно попасть в обруч.

Оценивается количество попаданий.

3 эстафета. Бег змейкой.

Вам нужно пробежать змейкой вокруг конусов туда и обратно, не задевая ничего.

4 эстафета. Кенгуру.

Вам нужно допрыгать до конусов , обратно просто побежать.

Заключительная часть: Подведение итогов и вручение наград.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1.[Электронные ресурсы]: <https://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2021/12/12/kompleksy-oru-dlya-starshey-gruppy>