

«Весенняя капель»
(спортивный досуг для детей 5-7 лет)

Цель: Воспитывать интерес к спортивным играм, играм-эстафетам, содействовать познавательному развитию ребенка; развивать быстроту, ловкость, выносливость, выдержку, формировать положительные нравственно-волевые качества личности, желание заниматься спортом.

Ход досуга.

Ведущий: Чудесная страна Спортландия,

Страна здоровья, грации и красоты,

Страна терпения, силы, воли.

Страна побед. Страна мечты.

Никогда не унывай!

Спорту руку подавай!

Внимание! Внимание!

Приглашаем на соревнование!

Предлагаю взять с собой быстроту, находчивость, смелость.

У нас сегодня две команды:

«Солнышко» и «Радуга».

- Наши соревнования посвящаются весне и нашему здоровью. Весною все вокруг оживает после долгой зимней спячки. Просыпаются животные и цветы, прилетают птицы, по воздуху летят птичьи песни о весне, солнце ярче светит, день становится длиннее, дети и взрослые проводят больше времени на свежем воздухе.

Капитаны представят свои команды:

Капитан команды «Солнышко»

- Нас солнышко смешит и дразнит,

Нам нынче весело всегда,

Весна нам дарит звонкий праздник,

И главный гость на нем-игра.

Капитан команды «Радуга».

Радуга-дуга

Не дает скучать и унывать.

Затеет спор веселый, шумный

Поможет новое узнать.

- За нашими соревнованиями будут наблюдать жюри (Состав жюри). Эстафеты оцениваются по 5 баллов.

- Внимание начинаем весеннее соревнование:

1 эстафета (обращается к болельщикам с вопросом)

- Какие изменения происходят в природе? (Ответы детей). Правильно. Появляются насекомые. Эстафета называется «Гусеницы».

(Участники эстафеты в каждой колонне выстраиваются на расстоянии выпрямленных вперед рук, расставив ноги на ширине плеч, участник замыкающий каждую колонну начинает ползти на животе вперед между ногами игроков своей команды. Тут же за ним поточно ползут и остальные до фишки. Побеждает команда, которая раньше окажется на своем первоначальном месте).

2 эстафета пальчиковая гимнастика «Дождик».

Вышел дождик на прогулку (указательным и средним пальцами обеих рук «шагают» по столу.)

Он бежит по переулку (загибают по одному пальцу на обеих руках на каждую строку.)

Барабанит по окошку,

Напугал большую кошку,

Вымыл зонтики прохожих,
Крыши дождик вымыл тоже.
Сразу мокрым город стал (трясут ладонями, как будто отряхивают с них воду).
Дождик кончился. Устал.

- Следующая **эстафета** называется **«Веселые сапожки»** (ходьба на ходулях до фишки, ребенок возле фишки оставляет ходули и бегом возвращается к своей команде).

3 эстафета : Ребята, что самое главное для человека? Ответ спрятан в цифрах. (Дети поочередно

берут цифры и выкладывают по порядку, последний переворачивает цифры и дети читают слово ЗДОРОВЬЕ.)

Самое главное для человека-ЗДОРОВЬЕ . Здоровый человек жизнерадостный , энергичный , желающий много узнать сделать что-то полезного для себя и других.

Музыкально-ритмическая композиция с мячами.

- Внимание! Команды займите свои места.

Ребята, какие вы знаете спортивные игры? (Ответы детей)

Эстафета называется **«Хоккей на траве»** (Дети по очереди ведут к фишке и обратно маленький мячик клюшкой).

Зрительная гимнастика.

Влево-вправо мяч большой

Прыгал очень хорошо

Раз и два, туда-сюда

Не догонишь никогда

Крошка-мяч прыгучий очень

Скачет, скачет

Как захочет

Вверх-вниз, вверх-вниз,

Зацепился и повис.

Эстафета называется **«Мяч капитану»**.

Быть здоровым помогает хорошее настроение, а хорошее настроение вам подарит верный друг

Эстафета называется **«Вместе с другом»** (приставной шаг в парах, лицом друг другу.)

Движение - это жизнь, оно помогает человеку быть здоровым один из видов движения- это ходьба, эстафета называется «Полезная ходьба»(ходьба спиной вперед).

А пока жюри подводит итоги посмотрите музыкально-ритмическую композицию.

Слово жюри. Подведение итогов.

Вручение грамот и подарков.