Физкультурный досуг «Физкульт-ура»

(старшая группа «Лучики» воспитатель : Калашникова Е.В. 05.04.18г. 15.30)

Цель: привлечение дошкольников к участию в совместных играх и развлечениях.

Задачи:

- удовлетворять физические потребности детей в движении;

- развивать ловкость, зрительно-двигательную координацию, способность ориентироваться в пространстве;

- активизировать зрительные функции;

- создавать положительные эмоции и радость от совместной двигательной деятельности.

Под песню *«Веселый ветер»* дети входят в зал и строятся в две шеренги друг напротив друга.

Воспитатель: Здравствуйте, ребята!

Спорт, ребята, очень нужен,

Мы со спортом крепко дружим.

Спорт – помощник!

Спорт – здоровье!

Спорт – игра!

**Физкульт – Ура**!

Ребята, а вы готовы показать, какие вы дружные, ловкие, умелые?

Дети: Да!

Воспитатель: Сегодня у нас соревнуется две команды: *«Крепыши»* и *«Силачи»*. Все к соревнованиям готовы?

Дети: Да!

Воспитатель: Только все ли вы здоровы?

Дети: Здоровы!

Входит Доктор Айболит.

Айболит: Здравствуйте, ребята!

Дети: Здравствуйте!

**Воспитатель:**

Доктор, всех вы осмотрите,

Ловких, сильных отберите!

Айболит:

Прошу всех удобно встать

И упражненья выполнять!

ОРУ под песню *«Вечный двигатель»*

Айболит:

Да, осмотром я доволен.

Из ребят никто не болен.

Каждый весел и здоров,

К соревнованиям готов.

Представление команд:

Команда *«Крепыши»* - девиз вместе.

Мы зарядкой заниматься

Начинаем по утрам.

Пусть болезни нас бояться,

Пусть они не ходят к нам.

Команда *«Силачи»* - девиз вместе.

Если кто-то от зарядки

Убегает без оглядки,

Он не станет нипочем

Настоящим силачем.

**Воспитатель:** Наши ребята делают зарядку каждый день, поэтому они сильные и ловкие. Сейчас они это покажут.

**Игра** *«Мы веселые ребята»*

Команды строятся в шеренги на противоположных сторонах зала и вместе проговаривают слова.

Мы веселые ребята,

Любим бегать и играть,

Ну, быстрей перебегай.

Ты, дружочек, не зевай!

На слове *«не зевай»* команды перебегают на другую сторону зала и строятся в шеренгу. Побеждает команда, построившаяся быстрее. Игра повторяется 4 раза.

**Игра** *«Мышеловка»*

Команда «Крепыши берется за руки и образует круг – мышеловку. Команда *«Силачи»* изображает мышей и находится вне круга. *«Крепыши»* начинают ходить по кругу, приговаривая:

Ах, как мыши надоели,

Берегитесь же, плутовки.

Все погрызли, все поели,

Вот поставим мышеловки

Доберемся мы до вас,

Переловим всех за раз! Подсчет мышей

Команды меняются местами и игра повторяется. Какая команда поймает больше мышей, та и побеждает

Айболит: Молодцы, ребята! Показали свою ловкость.

Во всем нужна сноровка,

Закалка, тренировка!

**Игра** *«Выложи солнышко»*

Айболит:

А теперь мы отдохнем

И гимнастику начнем.

Зрительная гимнастика.

Дети выполняют движения по тексту, следя глазами за флажком.

Мы гимнастику для глаз

Выполняем каждый раз.

Глазки вправо, глазки влево.

И по кругу проведем.

Быстро-быстро поморгаем.

Глазки закрываем,

Медленно вдыхаем.

А на выдохе опять глазки заставляй моргать.

**Воспитатель:** А сейчас расслабились,

На места отправились.

Игра «Ловишки с лентами»

Игра *«Донеси – не урони»*

Команды выстраиваются в колонны по одному у линии **старта**. В руках у впередистоящих детей – ложка с пластмассовым шариком. По команде игроки идут до ориентира с ложками в руках, **стараясь не уронить шарик**. Обойдя ориентир, возвращается в свою колонну, и передают ложку следующему участнику. Побеждает команда, быстрее выполнившая задание.

**Воспитатель:** Пока жюри подводит итоги, считает очки. Отгадайте загадки. Слово жюри. *(Награждение команд грамотами)*

Айболит:

Вам, ребята, мой привет

И такое слово:

Спорт любите с детских лет

И будете здоровы!

У меня есть для вас призы – витаминки.

Айболит раздает детям призы.

До новых встреч ребята.