**Физкультурное развлечение: «Физкульт –Ура!»**

**Цель:** Формирование у детей потребности в здоровом образе жизни.

**Задачи:** Совершенствовать физические качества детей во всех видах двигательной деятельности. Доставить детям радость от участия в спортивных соревнованиях. Развивать ловкость быстроту реакции, выносливость, способствовать сплочению детского коллектива.

**Оборудование:** 2стойки, 2 мяча, 2 ракетки, 2 шарика, 2 обруча, 2 эстафетные палочки, костюм АХа и ОХа, 2 Корзины с кубиками.

**Ход развлечения:**

На спортивную площадку

Приглашаем дети вас!

Праздник спорта и здоровья,

Начинается сейчас!

*Звучит Веселая музыка, на площадку к детям выбегает Ах, одетый в легкий спортивный костюм.*

**Ах:** У меня здоровый вид,

Голова никогда не болит.

Потому что я, друзья,

Весельчак и здоровяк.

Здравствуйте девчонки и мальчишки! Очень торопился к вам на праздник.

Надеюсь, я не опоздал!

**Дети:** Нет

*Звучит спортивная музыка. С другой стороны площадки выходит Ох. Поверх теплого спортивного костюма на его шее повязан шарф.*

**Ох:** Как бы мне не заболеть

И не простудиться

И, может совершенно зря,

На праздник к вам явился.

**Ведущей:** Здравствуй, Ох. Мы рады, что ты пришел к нам на праздник спорта. Только оделся ты что-то не по погоде. Послушай, ребята тебе расскажут, что нужно делать для того, чтобы быть здоровым.

Дети: Много времени проводим на свежем воздухе.

Купаться

Закаляться

Кушать овощи и фрукты

Не заниматься самолечением

Посещать спортивные секций

Одеваться по погоде

Ходить в походы

**Ох**: Это мне не по плечу

Лучше я домой пойду

Замотаюсь в одеяло

И немножечко вздремну.

**Ведущая:** Оставайся лучше с нами.

Посмотри на наших ребят,

И тогда ты поймешь что заниматься

Спортом это весело и здорово.

**Ох:** Ох! Не знаю, что и делать.

Хорошо, останусь, только ненадолго.

**Ведущая:** Ну, что ребята, давайте покажем Оху, что заниматься спортом - это весело, здорово и полезно. Но для начала давайте проведем небольшую зарядку.

В колонну по одному становись ходьба в колонне по одному с изменениями, направления, перестроение в колонну по два.

Руки вверх, поднимите – раз

Выше носа, выше глаз.

Прямо кубик вверх держать.

Не качаться, не дрожать

Три отпустим руки вниз,

Стой на месте, не вертись

Вверх раз, два, три, четыре, вниз *(6 раз)*

Повторяем, не ленись.

Будем делать повороты

Выполняйте все с охотой.

Раз - налево поворот

Два – теперь наоборот.

Так ничуть, не торопясь

Повторяем восемь раз

Руки на поясе, ноги шире!

Наклоны вперед – назад, три четыре *(6 раз)*

А теперь все дружно вместе

Легко и красиво – бег на месте.

На месте стой. Раз – два!

Готовы состязаться?

**Дети:** Да

**Ведущая:** Молодцы! Итак, все гости собрались.

Спортсмены заждались

 Наш праздник начинается.

 Команды приветствуются.

**1.Команда:** Наша команда «Солнышко»

Девиз: Чтоб расти и заниматься

Ни по дням, а по часам

Физкультурой заниматься,

Занимать надо нам.

Команде «Радуга» Физкульт Ура!

**2.Команда:** Наша команда «Радуга»

Девиз: Мы откроем вам секрет

В мире нет рецепта лучше.

Будь со спортом не разлучен

Проживешь тогда сто лет!

Вот ребята весь секрет.

Команде «Солнышко» Физкульт Ура!

**Ведущая:** Вас приветствуют болельщики  *(аплодисменты)*

А сейчас разрешите, представить вам наше жюри, которое будет оценивать наши веселые соревнования.

Пусть жюри весь ход сраженья

Без промашки проследит

Кто окажется дружнее

Тот тога и победит.

Команды к соревнования готовы?

**Дети:** Да

Эстафета «Эстафетный бег»

Первый участник бежит с эстафетной палочкой, обегает стойку и передает палочку второму участнику команды, сам встает в конце колонну. Длинна 8 метров.

Эстафета «Передача мяча»

**АХ:** Быстро бегать – это всем привычно.

А сейчас возьмем мы в руки мяч,

Мастерство оценим передач.

Дети стоят в колонне по одному, ноги на ширине плеч. Сначала передают мяч над головой назад, а обратно между расставленными ногами.

Эстафета «Мачеха и Золушка»

Команды берут корзины с кубиками, бегут до обруча и высыпают кубики. Затем бегом возвращаются к команде, передают корзинку второму участнику, сами встают в конец команды. Те с пустой корзинкой бегут к обручу и собирают кубики в корзинку. Бегом возвращаются с наполнено корзиной к своей команде и передают её следующему участнику и т.д.

**Ох:** А теперь давайте немного отдохнем.

Отгадайте - ка ребятки, интересные загадки.

Ясным утром вдоль дороги

На траве блестит роса

По дороге едут ноги

И бегут 2 колеса

У загадки есть ответ

Это вам……

Кинешь, в речку он не тонет,

Бьешь, о стенку он не стонет,

Будешь о землю кидать

Станет к верху подлетать.

Каждый вечер я иду

Рисовать не карандашами

А блестящими……

Эстафета «Перепрыгнем через ручеек»

На площадке рисуется ручеек, с одного конца узкий, а дальше все шире и шире (10-40см). Дети перепрыгивают через ручеёк вначале там, где он узкий, а затем там, где он пошире, и наконец, где самый широки.

Эстафета: «Бег пингвинов»

Первый участник, зажав мяч между ног прыжками, передвигаются до стойки (5 см). Обратно бежит бегом и передает мяч следующему участнику команды.

Эстафета: «Непослушный мяч»

С ракеткой и воздушным шариком по сигналу ребенок с ракеткой и шариком бежит до стойки, обегает её и бежит обратно. Передает ракетку и шарик следующему участнику и т.д. ( по 4человека от команды).

Эстафета: «Все за одного»

Ведущей дает обруч капитанам команд они одевают его сверху и держат на уровнем пояса. Покоманде бегут до стойки, обегаютеё, возвращаются к команде, захватывают следующего участника и продолжают эстафету дальше и т.д., пока не соберется вся команды.

**Ведущая:** Вы сегодня все, ребята, были ловкие и смелые. И себя показали с самой лучшей стороны. Вот и нам праздник спорта подходит к концу, я думаю, что победа не важна, а важна дружба. И пока жури подводят итоги соревнований я предлагаю вам поиграть в игру «Дорогие слова» я буду читать стихотворение, а вы дружно вставляйте слова: « Очень дорогое»

Дядя Саша огорчен, рассказал он вот о чем.

Видел Настю первоклашку он нам улице сейчас.

Настя славная девчонка, Насти, я не слышал слово…Здрасте!

А слово- то какое? *( Очень дорогое)*

Встретил Витю я соседа, встреча грустная была

На меня он, как торпеда налетел из-за угла,

Но представьте, зря от Вити ждал, я слово…извините.

Аслово-то какое? *(Очень дорогое)*

Он про внучку говорил, экая досада

Я портфель ей подарил, вижу очень рада

Но нельзя, ж молчать как рыба

Но сказала бы…спасибо!

А слово- то какое? *(Очень дорогое).*

**Ведущая:** Молодцы! А теперь слово предоставляется, жури, для оглашения результатов наших соревнований.

**Жюри:** вручение медалей.

**Ведущая:** Вот и выявили победителей. Скажем спасибо жюри и зрителям,

Спортсменам - новых побед! А всем нам – спортивный привет!