

Департамент образования Администрации города Тюмени

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

детский сад № 186 города Тюмени

(МАДОУ д/с № 186 города Тюмени)

Конспект

веселых стартов на свежем воздухе

«Лето разного цвета!»

(старшие группы)

Подготовил: инструктор по физической культуре

Сорокина А.А.

Тюмень, 2022

**Цель**: Привлечь детей к активным занятиям спортивными играми на свежем воздухе.

**Задачи**:   
1. Продолжать развивать физические качества детей: ловкость, скорость движения.

2. Развивать мышление, память.

3. Воспитывать потребность в ведении здорового образа жизни; любовь к занятиям спортом.

**Оборудование**: 4 конуса (2 красных, 2 желтых); кегли; награда за победу в конкурсе (жёлтые смайлики), 2 корзины; верёвки – 10 штук, кольца – 10 штук, воротца – 2 штуки.

**Ход деятельности**

**Инструктор:**Солнце, воздух и вода –

Наши лучшие друзья.

С ними будем мы дружить,

Чтоб здоровыми нам быть.

Добрый день! Рада приветствовать вас на спортивном мероприятии – весёлые старты «Лето разного цвета!»

**Инструктор**: Ребята, скажите, вам нравится играть, прыгать и бегать?

*Ответы детей:* Да!

**Инструктор*:*** Вот именно этим мы сейчас с вами и займёмся.  
Первое, что нам нужно сделать – это разделиться на команды.

**Инструктор:** Молодцы. Команды построены, капитаны готовы! Капитаны, подойдите ко мне и, пожав друг другу руки, пообещайте соревноваться в честной борьбе.

**Инструктор:** Ребята, для начала я загадаю вам загадки про летнее время года:

Зонтик буду я держать,

И стараться их считать,

Раз, два, три, четыре, пять,

Что же падает опять? *(Капелька)*

**Инструктор:** Правильно! Это капелька! Попробуйте отгадать вторую загадку:

Я всегда со светом дружен, если солнышко в окне,

Я от зеркала, от лужи пробегаю по стене.

*(Солнечный лучик)*

**Инструктор:** Ну а теперь, дорогие друзья, переходим к веселым стартам!  
**1 испытание – «Змейка»**

Каждая команда построилась за капитаном за конусом. Перед ними стоят кегли на небольшом расстоянии друг от друга. Дети должны «змейкой» по одному пробежать по дорожке из конусов, обогнуть последний конус и вернуться к своей команде по прямой. Рукой задеть за руку следующего игрока. Встать последним. Все игроки повторяют движения первого. Когда капитан снова окажется первым – команда выиграла.  
Выигравшая команда получает жёлтый смайл.

**2 испытание – «Попрыгунчики»**

Перед командами, стоящими за конусом разложены обручи.  
Нужно перепрыгивать из обруча в обруч, обежать конус и бегом вернуться к своей команде, задеть за руку следующего и встать последним. Когда все члены команды выполнят задание, командир будет стоять первым. Команда победитель получает жёлтый смайл.

**3 испытание – «Команда»**

Перед игроками лежит обруч. На расстоянии – конус. Капитан команды берёт обруч, обегает с ним конус, возвращается, второй игрок берётся за обруч, они вместе обегают обруч, возвращаются. Третий игрок команды берётся за обруч и они уже втроём обегают конус. И так, пока все участники не обегут конус держась за обруч. Затем они строятся в колонну. Капитан поднимает обруч над головой. Команда победитель получает жёлтый смайл.

**4 испытание – «Самый умный»**

Ребята стоят друг за другом, первый бежит с корзиной, в которой находятся цветные кубики (красный, желтый и зеленый), добегает до цветных колец в конце спортивной площадки, и раскладывает кубики по цвету в кольца. Второй ребенок собирает кубики в корзину и несет следующему. Команда, которая выигрывает, получает желтый смайл.

**5 испытание – «Бег с препятствиями»**

Игроки построились в колонну за капитаном. Перед ними дорожка с препятствиями: верёвочки, выложенные на расстоянии ступни ребёнка, арка, кольца, конус. Капитан преодолевает препятствия, обегает конус, возвращается к команде, задевает за руку следующего игрока, встаёт последним. Как только все члены команды выполнять задание, капитан встанет первым – все участники поднимают руки вверх. Команда-победитель получает жёлтый смайл.

**6 испытание – «Собери цветы»**

В два обруча разложены цветы. У каждой команды – корзинка. Все участники по очереди добегают до обруча, берут цветок, несут в корзинку. Как только все цветы будут собраны – команда поднимает корзинку вверх. Команда-победитель получает жёлтый смайл.

**Инструктор**: Спасибо вам друзья за соревнования! Подсчитаем смайлики! Выявим победителя! Всех поздравляю с началом лета!