**«Мы туристы»**

Спортивное развлечение для старшего дошкольного возраста.

**Цель:** Формировать здоровый образ жизни посредством спортивного развлечения.

**Задачи:**

**Оздоровительная:**

— способствовать формированию правильной осанки;

— укреплять опорно-двигательный аппарат.

**Образовательные:**

— формировать двигательные умения и навыки;

— расширять представления детей о положительном воздействии физкультуры на организм;

— обучать командной игре.

**Развивающие:**

— развивать физические качества: быстроту, силу, ловкость, меткость, выносливость;

**Воспитательные:**

— воспитывать желание заниматься физической культурой;

— воспитывать чувство товарищества, взаимовыручку, сопереживание.

**Оборудование:**

Корзины – 2 шт.;

Гимнастические палки — 2шт.

Мячи малые – по количеству участников

Мячи большого диаметра – 2 шт.

Мяч теннисный – 2 шт.

Ложка столовая – 2 шт

**Музыкальное оформление:** современная ритмичная музыка для разминки, музыкальное сопровождение для конкурсов, фанфары.

**Ход развлечения:**

**Инструктор:** Ребята, а хотите мы сегодня с вами отправимся в туристический поход? Для этого нам нужно взять с собой крепкое здоровье, силу, выносливость, дружбу и хорошее настроение!

Ходьба по кругу в колонне по одному:

**Друг за другом мы пойдем,**

**Всех ребят с собой возьмем!**

Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом:

**А теперь по мостику мелкими шагами,**

**Чтобы не упасть в ручей и вернуться к маме.**

Спуск и подъем по ступеням лестницы:

**Нам с горы спуститься надо и взойти обратно,**

**Путешествовать всем вместе очень нам приятно!**

Бег врассыпную:

**Между елкой и сосной пробежим скорей с тобой,**

**Не столкнемся мы друг с другом и опять пойдем по кругу.**

Ходьба в колонне по одному. Остановка в кругу.

**Остановимся в кругу на лесной полянке,**

**Разомнемся я и ты вместе спозаранку.**

**Инструктор:** Посмотрите-ка, ребята! Мы с вами оказались на лесной спортивной площадке! Здесь и большая поляна для соревнований есть и даже табло на дереве висит! Будем соревноваться? Но сначала нам необходимо размяться!

**Разминка под музыку** (спортивно-танцевальные движения)

**На полянке чем заняться?**

**Конечно же – соревноваться!**

Дети разбиваются на две команды, придумывают названия. Названия команд записываются на табло.

**Эстафета «Мяч соседу»** — первый участник отбивает мяч об пол, ловит его и передает соседу, тот отбивает об пол, ловит, передает дальше и так далее, последний участник отбивает мяч, ловит его и поднимает ввверх.

**Эстафета «Передай флажок»** — участники друг за другом по очереди с флажком бегут до ориентира и обратно, передают флажок следующему участнику.

**Эстафета «Соберем шишки»** — на противоположной от команд стороне зала разложены маленькие мячи. Каждый из участников по очереди должен добежать до них, взять один мяч (шишку), прибежать и положить в корзину.

**Эстафета «Пронеси – не урони!»** — участники друг за другом по очереди проносят в ложке теннисный мячик (яйцо), стараясь не уронить (не разбить), обегают вокруг кегли, возвращаются и передают ложку с мячом следующему участнику.

**Эстафета «Чики-чики-чикалочки, едут дети на палочке»** — первый участник верхом на гимнастической палке скачет до ориентира и обратно, передает палку следующему участнику.

Итоги подводятся после каждой эстафеты. Победившей команде зачисляется балл, который фиксируется на табло. В конце соревнований оглашается общий итог. (считаем баллы вместе с детьми) Выигрывает та команда, которая набрала больше баллов.

**Инструктор: Вот пришла пора расстаться, но не будем унывать**

**Надо в садик возвращаться и с друзьями поиграть!**

А я знаю короткий путь обратно в наш детский сад! Нужно высоко подпрыгнуть, хлопнуть в ладоши и повернуться вокруг себя.

Вот мы и вернулись из туристического похода. А за то, что все были дружными, ловкими и смелыми, быстрыми, умелыми я хочу вручить всем медали с надписью «Молодец!» (вручаются медали)

Дети под музыку уходят в группу.