

**Конспект физкультурного развлечения для детей старшего возраста
«Богатырские забавы «В здоровом теле - здоровый дух!»
(инструктор по ФК Савушкина О.Г.)**

Ведущий: Здравствуйте, дорогие гости и уважаемые друзья! Мы очень рады видеть вас на празднике состязаний и игр.

Мы вместе совершим путешествие в прошлое к нашим дедушкам и бабушкам, узнаем, какие игры и соревнования увлекали наших предков.

Самое интересное – наши команды будут соревноваться с помощью необычного инвентаря, вы познакомитесь с чудесами.

Оценивать ваши успехи будет специально приглашенное жюри: Забава Путятична, Иван – царский сын и Илья Муромец.

Ведущий. А сейчас слово предоставляется председателю жюри Илье Муромцу.

Зачитываются правила состязаний, эстафет, игр.

Ведущий. А теперь, юные богатыри, готовы ли вы размять свои ноженьки резвые, руки сильные, тело крепкое перед состязаниями богатырскими?

Богатырь Добрыня Никитич, покажи разминку нашу, а вы, детинушки, за ним повторяйте, не отставайте!

Звучит песня «Богатырская наша сила».

Все участники повторяют упражнения за Добрыней.

Скоморохи:

Мальчишки, девчонки и наши богатыри,
На наше поле бранное скорей спешите вы!

Здесь будут состязания представлены всем нам,
Кто будет победителем, потом расскажем вам.

Выходят Добрыня Никитич и Алеша Попович.

Добрыня. Алешенька, хочу узнать: как ты силушку свою испытывал, ножки быстрые, руку крепкую да глазки острые?

Алеша. Да людям добрым помогал, водицу в бочках носил, снопы разом собирал, булаву кидал да в поле плуг таскал.

Добрыня. Ой да силу земля-матушка дала, а мы приумножали на радость людям земли нашей! А давай, друг мой Алешенька, испытаем наших богатырей сегодня. Я думаю, не перевелись богатыри на земле нашей, а?

Алеша. Нет, не обеднела земля русская богатырями! А ну, выходите состязаться, покажите скорость ног сильных, богатырских!

1. Бег с ведрами.

На стартовой линии стоят пустые ведра. Задача участников – добежать стойки, н в ведро поставит стаканчик с водой и вернуться к стартовой линии и наполнить ведро. Так все участники команды.

Добрыня. Алеша, ножки быстры, а ручки сильны? Проверим?

Алеша. Это же просто!

2. Тачка в валенках

По сигналу ведущего первые номера принимают положение упор лежа, на руки надевают валенки, а вторые номера держат их за ноги. В таком положении пары начинают движение, преодолевая до стойки. На этом месте партнеры меняются ролями и возвращаются к стартовой линии.

Добрыня. Хочу, Алеша, я узреть, как наши дети смогут быть быстрыми в больших

сапогах от больших богатырей. Сапоги-скороходы не просты – убегать с ног, они хитры! А ну, выходи, кто не потеряет сапоги!

3. Сапоги-скороходы (гигантские ботинки)

В конкурсе может принимать участие по несколько человек от команды. Участники распределяются по забегам (по два человека). Игроки выстраиваются на линии старта, каждый надевает сапоги на ноги. Задача участников – добежать до финиша быстрее всех и не потерять сапоги-скороходы.

Добрыня. Ох вы, детушки, ох вы, милые, да задам я вам задание и увижу вашу силушку, как и мы ранее, в годы юные, друг у друга силу мерили.

4. Борьба на кушаках

В конкурсе могут принимать участие по несколько человек от команды. Участники распределяются по парам. Каждому повязывается пояс-кушак. Борцы встают лицом друг к другу, и каждый, захватив противника за пояс, старается поднять его так, чтобы ноги оторвались от земли. Побеждает игрок, выигравший в двух поединках из трех. Он приносит своей команде один балл.

Добрыня. Друг ты мой Алеша, припомни мне: какое состязанье зимой самое любимое у деток и взрослых?

Алеша. Ого, да я думаю, и по сей день его детки, малые знают, и допытываться не надо!

Добрыня. Ну что же, богатырским голосом скажи да подскажи!

Алеша. А ну, богатыри, становитесь да за дело беритесь!

5. Перетягивание каната

Подведение итогов соревнования и вручение подарков.

Богатыри вместе.

**День здоровья - праздник большой,
Береги здоровье и все будет хорошо.
В здоровом теле - здоровый дух,
Это не просто звук!**