**Конспект физкультурного развлечения для детей старшего возраста**

**«Про то и про это, да здравствует лето!»**

**В развлечении участвуют 2 команды по 8-10 человек, остальные болельщики (раздать флажки и султанчики).**

**Ход развлечения:**

* **Общая разминка под музыку**
* **1-5 эстафеты, отдыхают и пьют участники, произвольный танец болельщиков с суланчиками и флажками**
* **6-10 эстафеты**
* **Игра с болельщиками «Догони –замри» (или любая простая известная и доступная игра)**
* **Подведение итогов**

**Эстафеты.**

1. **«Собираем чемоданы и едем в круиз отдыхать».( Мячи в мешок.) У каждого участника в руках мяч, по сигналу 1ый участник бежит до ориентира, где стоит другой участник его же команды в мешке, 1ый участник бросает свой мяч в мешок, бежит обратно передает эстафету следующему участнику касанием.**
2. **«Опоздали на поезд, догоняем». (Удар-ловля). Первый участник бросает и ловит мяч на бегу до ориентира , обратно возвращается бегом, передает мяч следующему.**
3. **«Ныряем на волнах». (прокатил, подлез, оббежал). 1ый участник добегает до дуги прокатывает в нее мяч, подлезает в нее сам, догоняет мяч, оббегает ориентир и бежит оратно , передает мяч следующему.**
4. **«Ныряем за ракушкой». (Прятать теннисный мяч под конус). 1ый участник бежит до конуса и прячет под него теннисный мяч, возвращается, передает эстафету следующему участнику касанием. 2ой бежит до конуса, забирает из под него мяч и возвращается и передает мяч 3му участнику.**
5. **«Пляжный волейбол». (забиваем голы). Первая команда на одной стороне, вторая на противоположной. У каждого участника первой команды в руках мяч, они по очереди бросают мяч, стараясь перекинуть мяч через линию( если перекинул получил балл), вторая команда подбирает мячи. И потом наоборот.**
6. **«За буйки не заплывать». (цепочка) первый участник бежит, изображая, что они плывут , до ориентира, остается там и зовет следующего, второй бежит к 1му, в его руках кольцо, 1 и 2 берутся за кольцо, зовут 3 участника, 2 и 3 берутся за кольцо, так пока вся команда встанет в цепочку , тогда они все вместе бегут обратно.**
7. **«Спасательный жилет». Один участник стоит ка ориентир и держит руки в стороны, участники по очереди бегут до него и надевают ему на любую руку колечко.**
8. **«Найди клад». Для каждой команды стоит по 3 конуса разного конусов и опускает сверху в любой из 3 конусов султанчик и возвращается обратно, передает эстафету касанием, 2ой бежит, ищет «клад» и возвращается, предает султанчик 3му участнику, все повторяется.**
9. **«Нашли клад и вприпрыжку побежали за мороженным». (пролез, прыг-скок, оббежал). Участник бежит подлезает в дугу, перепрыгивает с ноги на ногу в колечки, оббегает ориентир и так же возвращается обратно, передает эстафету касанием.**
10. **«обмениваемся с друзьями сувенирами». В руках у первого участника султанчик, он с ним бежит до ориентира, кладет султанчик, забирает теннисный мяч и бежит обратно, передает мяч следующему, второй бежит и меняет мяч на султанчик и т д.**