

Сценарий спортивного развлечения в старшей группе «Путешествие в страну ГТО»

Путешествие в страну ГТО — спортивное развлечение для детей старшего дошкольного возраста

Задачи: закрепить навыки выполнения спортивных, циклических упражнений (бег, прыжки, ходьба, владение мячом); вызывать у детей положительный эмоциональный настрой, воспитывать у них положительный эмоциональный настрой, воспитывать такие качества, как товарищество, дисциплинированность, уважительное отношение к соперникам по состязаниям, обучать управлению волевыми усилиями.

Под марш дети выстраиваются в 2 колонны.

Ведущий:

Внимание, внимание! Приглашаю всех мальчишек и девчонок отправиться вместе с нами в страну Спорта, которая называется «Готов к труду и обороне»; предлагаю взять с собой быстроту, смелость, находчивость, смекалку.

Ребёнок 1:

Чтобы сильным, ловким стать,

Нужно нормативы сдать.

Утром раньше всех вставать

И зарядку выполнять.

Ребёнок 2:

Все мы любим физкультуру,

Любим бегать и скакать.

Закаляться тоже любим,

Любим в игры поиграть.

Ведущий: Комплекс ГТО выполняли не только дети, но и мамы и папы, бабушки и дедушки. Ежегодно все люди в возрасте от 10 до 60 лет сдавали нормы ГТО и за это получали награды (значки разной степени), которые носили с гордостью. Даже после Великой Отечественной войны, когда все были заняты строительством, восстановлением страны, люди находили время для занятий физической культурой и спортом. - А, что такое спорт? - С какого возраста нужно заниматься спортом? - Ребята, ответьте, чьи родители, а может и бабушка, дедушка занимаются и сейчас

спортом? - Какие виды спорта вы знаете? Сегодня у нас в гостях мастер? спорта или ?????

Инструктор: А сейчас мы проведём разминку.

Разминка.

Ходьба в колонне по одному, на носках (руки вверх), на пятках. Руки за (спину).

Ходьба полуприсядью, вприсядку.

Медленный бег, бег «змейкой» или приставным шагом, прыжки на обеих ногах с продвижением вперёд.

Ходьба с выполнением дыхательных упражнений «Мельница»

Свободное построение и выполнение комплекса ритмической гимнастики с мячом.

1. и.п.Ноги на ширине плеч, мяч в двух руках внизу. 1-3 – поднять мяч вверх, голову вправо (влево); 2-4 – и.п.

2. и.п.Ноги на ширине ступни, мяч внизу. 1-3 – поворот вправо (влево), мяч вынести вперёд; 2-4 –и.п.

3. Пружинка, поворот вокруг себя подскоками.

4. и.п.Пятки вместе, носки врозь, руки с мячом сверху. 1-3 – присесть и опустить мяч на лопатки; 2-4 – и.п.

5. и.п.Ноги на ширине ступни, мяч внизу. 1-3-мяч к правому (левому) плечу, пружинка, 2-4 – и.п.

6. и.п.Ноги на ширине плеч, мяч сверху. 1-3-наклон вправо (влево); 2-4-и.п.

7. и.п.Ноги вместе, мяч внизу. 1-3 – ноги прямые врозь, мяч вверх; 2-4 –прыжок, ноги вместе, мяч вниз.

Ведущий:

Сияет солнышко с утра,

И мы готовимся заранее

Ребята, начинать пора

Спортивные соревнования.

Ведущий:

Приглашаем всех на наши соревнования. Посмотрите, какие у нас смелые, сильные и ловкие ребята.

На старт приглашаются команды — лучшие спортсмены старших групп. Дружно приветствуем их.

На площадке под музыку выстраиваются команды во главе со своими капитанами.

Ведущий представляет судей в составе заведующей, ст.воспитателя и музыкального руководителя.

Ведущий:

Чтобы команда победила, её участники должны быть дружными, уметь выполнять упражнения вместе.

1-я эстафета «Теремок».

Эстафету начинает капитан, он двигается к финишу, где лежит обруч-теремок. Добежав, продевает обруч через себя, кладёт его на место и бежит за следующим участником-«лягушкой». Теперь они бегут к теремку вдвоём, взявшись за руки, и вдвоём пролезают в обруч. Затем то же с другими участниками. Важно рук не разрывать! Когда их окажется 7 (это «медведь»), шестеро надевают обруч и удерживают его на уровне пояса. «Медведь» берёт обруч рукой и тянет вместе с участниками к финишу.

Жюри подводит итоги эстафеты.

Ведущий:

Вижу – дружные ребята,

Друг за друга вы горой

Ну, а прыгать, как зайчата

Не хотите ли со мной?

Эстафета «Прыжки в длину».

Первый участник встаёт на линию старта и совершает прыжок в длину с места. Проводится черта по носкам обуви прыгающего. Следующий участник, не заступая черты, тоже совершает прыжок в длину. Таким образом, вся команда совершает один коллективный прыжок.

Самый длинный командный прыжок – победный.

2-я эстафета «Полоса препятствий».

1. Ползание по скамейке на животе, подтягиваясь руками.
2. Подлезание под дугу (Пролезание в обруч)
3. Перешагивание через гимнастические палки (высота 50см)
4. Прыжки через препятствия

Ведущий:

Для веселья, для порядка

Загадаю вам загадку:

На пол бросишь ты его –

Он подпрыгнет высоко,

Скучно не бывает с ним

Мы играть в него хотим.

3-я эстафета «Попади в цель».

Участники должно попасть в обруч, висящий вертикально на высоте 2метра Жюри оценивает число заброшенных мячей

Подводится окончательный итог всей встречи. Обе команды строятся для объявления результатов.

Ведущий:

Всем известно, всем понятно,

Что здоровым быть приятно.

Только надо знать, как здоровым стать.

С кем, ребята, вы дружны,

Знать об этом вы должны.

Дети:

Солнце, воздух, спорт, вода-

Наши лучшие друзья.

Физкульт-ура, физкульт-ура!

Ведущий предлагает судьям подвести итоги, назвать победителей.

Награждение.