

## Сценарий спортивного развлечения «ГТО в детском саду»

**Цель:** Привлечь детей к здоровому образу жизни через спортивные развлечения.

**Задачи:** Формировать представление детей об оздоровительном воздействии физических упражнений на организм;

Развивать быстроту, силу, ловкость, меткость, память.

Воспитывать в детях потребность в ежедневных физических упражнениях;

Развивать чувство товарищества, взаимопомощь, интерес к физической культуре.

Ход:

**Ведущий:** На спортивную площадку

Приглашаем вас!

Праздник спорта и здоровья

Начинается сейчас!

**Ведущий:** Ребята, дорогие взрослые, а кто знает, как расшифровать буквы - ГТО?

Нормы ГТО в нашей стране сдают и взрослые и дети. Для детей 1 ступень 6-8 лет, так что готовиться начинать нужно уже в детском саду.

А как вы думаете, ребята, чтобы сдать нормы ГТО надо быть какими? (сильными, быстрыми и т.д.).

Поэтому наши участники будут состязаться в силе, ловкости, смекалке, быстроте!

**Ведущий:** А теперь я хочу спросить у вас...

Таких, что с физкультурой не дружит никогда,

Не прыгают, не бегают, а только спят всегда,

Не любят лыжи и коньки и на футбол их не зови.

Раскройте нам секрет –

Таких здесь с нами нет? **дети хором отвечают: “Нет”**

Кто со спортом дружен –

Нам сегодня нужен? **дети хором отвечают: “Нужен”**

Таким ребятам хвала и честь.

Такие ребята средь нас есть? **“Есть”**

**Ведущий:** Ну, а теперь можно перейти к сдаче норм ГТО.

## **Первое испытание «Прыжки в длину с места толчком двумя ногами»**

Поочередно соревнуются девочки и мальчики.

**Ведущий:** Второе испытание для наших пап. «Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу» - отжимание.

**Ведущий:** следующее испытание «Поднимание ног сидя на полу, руки в упоре сзади» -упражнение на пресс.

«Поднимание ног» — дети выстраиваются в шеренгу сидя на полу и по сигналу выполняют упражнение .

**Ведущий:** А теперь немного отдохнем. Загадки.

**И мальчишки,** и девчонки

Очень любят нас зимой,

Режут лед узором тонким,

Не хотят идти домой.

Мы изящны и легки,

Мы - фигурные ... **Коньки**

**Ручка есть,** да не дверь,

Струны есть, да не гитара,

Если в руки возьмешь,

Мяч легко отобьешь. (**Ракетка**)

**От того я** так надут,

Что меня повсюду ждут.

Я бываю баскетбольным,

Гимнастическим, футбольным,

Нужен в регби и гандболе,

В волейболе и бейсболе,

В поло, теннисе, хоккее.

Кто я говори скорее. (**Мяч**)

**Этот конь** не ест овса,

Вместо ног — два колеса.

Сядь верхом и мчись на нем,

Только лучше правь рулем. (**Велосипед**)

**На катке** игра идет,

Раскалён коньками лёд.  
Две команды выступают,  
Шайбу клюшками гоняют.  
Эй, ребята, веселей.  
А игра эта... **(хоккей).**

**Удачный** пас – в ворота гол!  
Как называется игра? **(Футбол)**

**На квадратиках** доски  
Короли свели полки.  
Нет для боя у полков  
Ни патронов, ни штыков.... **Шахматы**

**Силачом** я стать решил,  
К силачу я поспешил:  
- Расскажите вот о чем,  
Как вы стали силачом?  
Улыбнулся он в ответ:  
- Очень просто. Много лет,  
Ежедневно, встав с постели,  
Поднимаю я ... **гантели**

**Есть у нас** коньки одни,  
Только летние они.  
По асфальту мы катались  
И довольными остались... **ролики**

**Здесь купаться** и зимой  
Сможем запросто с тобой.  
Здесь научат нас нырять.  
Как то место нам назвать?... **бассейн**

**Ведущий:** Отдохнули? Тогда следующее испытание.

**Метание в горизонтальную цель.**

Соревнование: «Метание в цель» - дети и родители выстраиваются в колонну (подойти к линии старта, взять шарик и бросить одной рукой от плеча в корзину).

Эстафета **«Отбивание мяча»**

Команда мальчиков - команда родителей

Команда девочек - команда родителей

Отбивать мяч до конуса, обратно мяч в руках.

### **Эстафета «Вместе с мамой»**

Ребенок в паре с мамой двигаются перекидывая мяч друг другу, обратно возвращаются держа мяч ладонями.

### **Ведущий:**

Ну, что же вы ребята и уважаемые взрослые , молодцы. С честью выдержали все испытания. Ребята получают знак ГТО, пока такой, а в школе сможете заработать кто золотой, а кто серебряный или бронзовый знаки.

Взрослые тоже могут поучаствовать в сдаче норм ГТО.

Я желаю вам, ребята,  
Быть здоровыми всегда!  
Но добиться результата  
Невозможно без труда.