

Сценарий спортивного развлечения «День бега»



Разработали:
Инструктор по физической культуре 1КК Плетнева Н.А.
Музыкальный руководитель Мурина Е.Н.

Екатеринбург 2023 г.

Цель: Приобщение детей старшего возраста к занятиям физической культурой.

Задачи: Повышение двигательной активности; развитие физических качеств; сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей

Ход мероприятия.

Ведущий: Добрый день, дорогие ребята. Мы рады видеть вас на нашей спортивной площадке. Сегодня в спортивных соревнованиях принимают участие дети групп: № 5, № 10, №12. Именно здесь и именно сегодня мы узнаем имена самых быстрых детей.

Есть такое изречение: «Если хочешь быть сильным – бегай, если хочешь быть красивым – бегай, если хочешь быть умным – бегай!». Поэтому сегодня мы проводим День Бегуна. На спортивную площадку приглашаются команды (Антилопы и Гепарды).

РАЗМИНКА!

«Веселая зарядка» (Бусыгин К.)

Ведущий: Внимание! Внимание! Начинаем соревнования!

Эстафета 1. *«Бег с эстафетной палочкой» (конусы- 2 шт., эстафетная палочка- 2 шт.).*

По команде дети бегут до конуса, оббегают его и возвращаются обратно, передают эстафетную палочку следующему участнику. Выигрывает команда, которая первая закончила дистанцию.

Эстафета 2. *«Хождение змейкой между предметами» (конусы).*

Каждому ребенку в команде необходимо пройти змейкой между конусами, при этом их не задеть. Оценивается скорость и аккуратность детей в каждой команде. У линии старта передают эстафету следующему.

Ведущий. Вот и подошли к концу наши соревнования и скоро мы узнаем, чья команда оказалась самой спортивной.

Эстафета 3. *«Переправа» (кубики по количеству детей, 2 стойки и 2 обруча большого диаметра).*

У каждого ребенка в команде по 1 кубику. Первый бежит и переносит свой кубик капитан. Он остается у переправы. Нужно как можно скорее перенести по 1 все кубики и отдать их капитану, пролезая в обруч.

Эстафета 4. *«Прыжки на фитболах» (2 фитбола).*

Дети каждой команды по сигналу прыгают на мяче-фитболе до конуса, обратно возвращаются бегом с мячом в руках. У линии старта передают эстафету следующему.

Эстафета 5. *«Парный бег» (2 мяча, 2 конуса).*

Дети строятся парами, зажимают мяч между животом, бегут до ориентира и обратно, передают мяч следующей паре. Побеждает та команда, которая финиширует первой.

Подведение итогов.

Вручение медалей.