

Морозова Галина Александровна
Инструктор по физической культуре высшей категории
МАДОУ ДСКН № 6 г. Сосновоборска.

Сценарий для инструкторов по физической культуре и воспитателей.

БОЛЬШИЕ ГОНКИ

СПОРТИВНЫЕ ЭСТАФЕТЫ – БЕГАЙ, ПРЫГАЙ, ДОГОНЯЙ!

Пожалуй, самый популярный и общедоступный вид оздоровительного мероприятия – спортивная эстафета. Сценарий такого праздника понятен и прост. От года к году незначительно меняются, совершенствуются инструменты для его проведения, но само содержание неизменно: участники должны бегать, прыгать, догонять, перетаскивать и получать заряд позитива.

Цель: создание условий для проявления спортивных способностей воспитанников.

Задачи:

- Продолжать формировать у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании;
- Развивать выносливость, ловкость, скоростные качества, силу.
- Закреплять умение бегать с ускорением, выполняя поставленную задачу; - Совершенствовать навыки сохранения равновесия, координации движений, ориентировки в пространстве.
- Воспитывать дружеские отношения в единой команде чувство справедливости, любовь к спорту.

Возрастная категория: 5-7 лет

Оборудование: музыкальное сопровождение «Давай Россия». Маска – быка; бруски; мягкие модули, маты; 2-ведра с водой, 2- кружки, 2- банки двухлитровые; 2- разноса + морковки, + шапочки волка и зайца, + ширмы (двери); канат. Шоколадные медальки.

Сценарный план:

Инструктор по физической культуре: Мы ведем наш репортаж из спортивного зала «Щелкунчик».

Здравствуйте самые спортивные, самые активные, самые непобедимые ребята! Самые ловкие, быстрые и выносливые! Я рада приветствовать вас в нашем зале.

Сегодня мы проводим соревнования, но не простые, а почти что мировые – «Большие гонки!».

В наших соревнованиях участвуют две команды, как называются наши команды, мы узнаем из жребия. (Каждый представитель из команды тянет жребий).

И, так у нас определились две команды.

Команда ребят - «Крутая молодежь»

Команда ребят - «Веселые ребята»

Браво, обеим командам! Вот такие сегодня собрались у нас ребята.

Я открою вам секрет, лучших спортсменов на свете нет.

Так крикнем друг другу: «Физкульт...

Дети: Привет!

Какие же соревнования без жюри? Членами нашего жюри являются...

Главная задача жюри определить победителя наших гонок по проставленным баллам.

Пришли первые – 2 балла;

Ничья – по 1 баллу;

Проигрыш – 0 баллов.

Инструктор по физической культуре: ну, что же будем «Гонки» начинать пора задание всем объяснять.

Для начала порядок таков – проведем разминку. Добежать вон до тех флажков. Но до флажков не просто будет дойти – у вас будут препятствия встречаются на пути.

Задание: добежать до флажка и назад, перепрыгивая через бруски.

Что ж, для начала совсем не плохо

Но, к победе не просто будет дойти

Много сюрпризов вас ждет впереди.

А вот и первый сюрприз –

Конкурс: «*Два бычка и канат*». Командам дается по одной минуте на прохождения конкурса.

Задание: команда свободно располагается по площадке. Взрослые выполняющие роль бычков, вращают канат, а участники должны пробежать под этим канатом, как можно больше количество раз.

Жюри фиксирует сколько раз пробежит «Крутая молодежь» или «Веселые ребята».

Инструктор по физической культуре: Молодцы ребята, не растерялись, изо всех сил старались.

Итак, жюри вам слово...

Ребята, я прошу вас не расслабляться, с силами собраться.

Следующий наш **конкурс** – «*Арки*» **называется**.

Вам нужно быстро арку собрать и через нее бычка прогнать. Выиграет та команда, через чью арку бычок больше раз пройдет и арка чья не упадет. Готовы вы к такому конкурсу? Тогда... выпускайте бычка.

Задание - дети переносят детали арки к финишу, где командиры собирают арку. Затем заманивают бычка, чтобы он прошел через арку.

Жюри фиксирует результат.

Вот это да! Вот это здорово! Вот это класс! Вы все порадовали нас!

А следующий конкурс у нас такой: - «**ЛОВКИЕ И БЫСТРОНОГИЕ**»

Командам дается по две минуте на прохождения конкурса.

В центре зала расположена туннель. В конце туннеля лежат мячи. В углу зала стоит корзина. Команда стоит около корзины. По первому сигналу выпускается бычок. По второму сигналу участник бежит к туннелю, пролезает в него, берет мяч и обратно выползает с мячом и бежит к корзине,

чтобы положить в нее мяч. Выполнять задание мешает «бычок», бегающий по всему залу и создающий препятствие.

Победителем становится команда, сумевшая за 2 минуты, пронести в корзину большее количество мячей.

Итоги жюри

Инструктор по физической культуре: да, я гляжу, вы просто мастера,

Ну, а кто победит: «Крутая молодежь» или «Веселые ребята» мы пока не знаем. И наши соревнования продолжаем.

Следующее задание такое – **«НУ, ЗАЯЦ, ПОГОДИ!»**

Участвуют одновременно две команды. В процессе игры устанавливается очередность – сначала вступает в игру участник одной команды, затем участник другой команды и т.д.

На одной стороне зала находится 4 – двери. За тремя дверями стоят дети с морковками в руках. За 4-ой дверью – «волк». В течение конкурса они, время от времени, меняются местами. На другой стороне зала два столика с подносами, около них стоит еще по одному участнику из команды. Они будут принимать морковки, и складывать их на разнос. В двух метрах от столиков лежит стопа матов.

По сигналу, один участник из команд подбегает к дверям, открывает любую дверь, по своему выбору. И в проеме появляется волк или заяц с морковкой. Если в проеме волк, то участник бежит от волка к препятствию из матов, преодолевает его и прячется за ним.

Победителем становится команда, которая набрала больше морковок.

И с этим заданием вы справились ловко. Есть у вас и ловкость, и сноровка!

Ребята, продолжаются наши «Гонки».

И следующий конкурс **«СКОЛЬЗКАЯ ДОРОЖКА»**

Принимают участие команды в полном составе. С одной стороны зала ставят ведро с водой, на противоположной стороне стоят столики на них двух литровые банки с отметками. Команды выстраиваются шеренгами напротив друг друга между ведром и столиком.

Задание: у первых участников кружка. По сигналу они зачерпнув воду передают по цепочке, последний берет кружку и выливает в банку и бежит к ведру, зачерпнув воду начинает передавать и т.д. Ребята постепенно передвигаются.

Победителем становится команда, которая в течении 2-х минут заполнила водичку в емкость как можно больше.

Итак, жюри вам слово...

Инструктор по физической культуре: А чтобы победить в игре «Гонки», нужно пройти последний этап – горки!

Задание:

- ползание по гимнастической скамейке, за счет движения рук;
- пробежать по ребристой доске (прикрепленной к шведской стенке);
- подняться по гимнастической стенке и ударить по колокольчику.

Ну, вот еще один этап завершен!
Веселым и зрелищным выдался он.
Внимание, команды прошу вас встать
Сейчас жюри итоги будет объявлять!

Слово предоставляется жюри. Сегодня победителем мы считаем всех.
Здесь все получили – здоровье, радость, смех! Ребята, вы все чемпионами по
«Гонкам» стали. Получите за это – золотые медали!

Вручаются шоколадные медальки.

Инструктор по физической культуре: на этом нам с вами прощаться пора.

До новых встреч!

Физкульт...

Дети: ура!

Выход из зала.