

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №13 “Рябинушка”»

Сценарий спортивного праздника
в подготовительной к школе группе
«А ты готов к труду и обороне?»»

Составила: Юматова Н.А.,
инструктор по физической культуре

Приоритетная образовательная область: «Физическое развитие»

Цель: формирование интереса к выполнению норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в детском саду, популяризация комплекса ГТО среди родителей, воспитанников и воспитателей ДОУ.

Задачи:

- формирование понятия о комплексе ГТО;
- пропаганда здорового образа жизни;
- воспитание чувства патриотизма.

Предварительная работа: беседы об истории возникновения ГТО, просмотр иллюстраций, слайдов и мультфильмов о спорте и спортсменах.

Место проведения: музыкально-спортивный зал.

Оборудование и атрибуты: гимнастический мат, скамейка, сантиметровая лента, секундомер.

Торжественное открытие праздника «А ты готов к труду и обороне?»

Ведущий:

Мы видим здесь приветливые лица, Спортивный дух.

Мы чувствуем вокруг

У каждого здесь сердце олимпийца
Здесь каждый спорту и искусству друг.

Добрый день, дорогие друзья! Мы начинаем физкультурно-спортивный праздник «А ты готов к труду и обороне?», посвященный Всероссийскому физкультурно-спортивному комплексу «Готов к труду и обороне».

ПАРАД, СМИРНО!!!

(Звучит «Гимн Российской Федерации»)

Спортивный праздник «А ты готов к труду и обороне?», прошу считать открытым.

Ребенок 1:

Расскажу вам для чего

Сдаем мы нормы ГТО:

Чтоб здоровье укреплять,

Патриотами чтоб стать.

Ребенок 2:

Нужно ведь спортивным быть,

Чтоб Россию защитить!

Чтоб спортсменов стало много,
Чтобы жили люди долго,
Ведущий:
Чтобы знал и стар, и млад,
Что здоровье – это клад!
И посмотрим — кто кого!
Все на сдачу ГТО!

Встречайте, для вас выступают юные спортсмены нашего детского сада.
(Спортивный танец)

Итак, программу спортивного мероприятия Вам представит главный судья соревнований.

Судья: в программу соревнований входит сдача норм ГТО. Сегодня мы сдадим с вами следующие нормативы: прыжок в длину с места, наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье и поднимание туловища из положения лежа на спине. А в другой день в спортивной школе №1 мы сдадим бег на 30 м, челночный бег и шестиминутный бег.

Ведущий: Итак, внимание!
Чтоб нам сегодня не скучать,
Пора разминку начинать.
(Участники выполняют комплекс упражнений под музыку «Герои спорта»)

Ведущий:
Комплекс ГТО, друзья,
Без него никак нельзя,
Учит родину любить,
Сильным, статным, крепким быть.
Быстро бегать, прыгать ввысь.
Жизненных высот достичь!

В сдаче норм ГТО могут участвовать дети с 6 лет. За хорошие результаты участники получают значок ГТО. Значки, как и медали, бывают золотыми, серебряными и бронзовыми.

Пришло время начинать испытания.

Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)

№	Упражнение	МАЛЬЧИКИ			ДЕВОЧКИ		
		золото	серебро	бронза	золото	серебро	бронза
1	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	115	95	85	107	87	77

Ведущий: Итак, внимание! Начинаются спортивные состязания – сдача норм ГТО. Участники будут соревноваться в прыжках в длину с места.

(Участники выполняют разминку, в которую включены упражнения для ног: махи, приседания и т.д.)

Ведущий: Приглашаем участников соревнований для прыжков в длину с места.

Участник принимает ИП: ноги на ширине плеч, ступни параллельно, носки ног перед линией отталкивания. Одновременным толчком двух ног выполняется прыжок вперед. Мах руками допускается. Измерение производится по перпендикулярной прямой от места отталкивания любой ногой до ближайшего следа, оставленного любой частью тела участника. Участнику предоставляется три попытки. В зачет идет лучший результат.

Ошибки (попытка не засчитывается):

1. Заступ за линию отталкивания или касание ее;
2. Выполнение отталкивания с предварительного подскока;
3. Отталкивания ногами поочередно.

Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на скамейке (см).

№	Упражнение	МАЛЬЧИКИ			ДЕВОЧКИ		
		золото	серебро	бронза	золото	серебро	бронза
2	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см)	+7	+3	+1	+9	+5	+3

При выполнении испытания (теста) на гимнастической скамье участник по команде выполняет два предварительных, наклона, ладони двигаются вдоль линейки измерения. При третьем наклоне участник максимально наклоняется и удерживает касание линейки измерения в течение 2 с. Величина гибкости измеряется в сантиметрах. Результат выше уровня гимнастической скамьи определяется знаком минус, ниже знаком плюс.

Ошибки (испытания (тест) не засчитывается):

1. Сгибание ног в коленях;
2. Удержание результата пальцами одной руки;
3. Отсутствие удержания результата в течение 2с.

**Поднимание туловища из положения лежа на гимнастическом мате
(количество раз за 30 с).**

№	Упражнение	МАЛЬЧИКИ			ДЕВОЧКИ		
		золото	серебро	бронза	золото	серебро	бронза
3	Поднимание туловища из положения лежа на спине	15	12	11	14	11	10

Поднимание туловища из положения лежа на спине из ИП: лежа на спине на гимнастическом мате, руки за головой, пальцы сцеплены в «замок», лопатки касаются мата, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты партнером к полу. Участник выполняет максимальное количество подниманий за 30 сек, касаясь локтями бедер (коленей), с последующим возвратом в ИП.

Ошибки (попытка не засчитывается):

1. Отсутствие касания локтями бедер (коленей);
2. Отсутствие касания лопатками мата;
3. Пальцы разомкнуты «из замка»;
4. Смещение таза.

Подводятся итоги праздника.

На места все становитесь

И немножко притаитесь.

Прошли все испытанья вы,

И, без сомненья,

В конце пути, как обещали мы,

Вас ждут призы и награжденье!

Предоставляется слово судейской коллегии для объявления результатов состязаний и вручения каждому участнику сертификата, подтверждающего участие в выполнении испытаний, входящих в состав Комплекса ГТО в детских садах на «золотой», «серебряный» или «бронзовый» знак.

Ведущий: Парад смирно!

Спортивный праздник «А ты готов к труду и обороне?», прошу считать закрытым.

Мы хотим всем пожелать:

Здоровья крепкого, почаще улыбаться

И физкультурой заниматься,

И водою закаляться!

И очень скоро вся страна

Узнает ваши имена!

Состязания кончат пора.

Крикнем всем: «ГТО – Ура!»

