

**Конспект физкультурного развлечения для детей  
старшего дошкольного возраста**

**«ГТО-шки вперед!»**

**Образовательная область:** Физическое развитие.

**Цель:** Развивать у детей интерес к сдаче норм ГТО средствами игровой и соревновательной деятельности.

**Задачи:**

- Развивать двигательную активность, быстроту, ловкость, координационные способности, выносливость, умение преодолевать препятствия.
- Упражнять в различных видах ходьбы, беге, прыжках, метании. Закреплять знания о видах спорта.
- Прививать желание заботиться о своём здоровье.
- Воспитывать у детей эмоционально – волевые качества, чувство товарищества.
- Способствовать снятию усталости и напряжения, формировать бережное отношение к своему здоровью.

**Виды деятельности:** двигательная, игровая, познавательная.

**Формы деятельности:** групповая, совместная.

**Предварительная работа:** беседы о комплексе ГТО, о видах спорта, соблюдение режима дня, разучивание подвижных игр с бегом, прыжками, метанием.

**Материал и оборудование:** аудиозапись, полоса препятствий, спортивное оборудование и инвентарь – цветные конусы, кегли, косички, мячи, обручи, кубики.

## **Ход мероприятия:**

*Вход детей под музыку, построение, приветствие.*

### **Инструктор:**

Расскажу вам для чего  
Сдавать мы будем нормы ГТО:  
Чтоб здоровье укреплять,  
Патриотами чтоб стать.  
Нужно ведь спортивным быть,  
Чтоб Россию защитить!  
Чтоб спортсменов стало много,  
Чтобы жили люди долго,  
Чтобы знал и стар, и млад,  
Что здоровье – это клад!  
И посмотрим - кто кого!  
Все на сдачу ГТО!

- Ребята, мы сегодня с вами проведем соревнования между двумя подготовительными группами, на которых проверим нашу подготовку к выполнению норм ГТО.

- Вы готовы?

- Тогда в путь! Предлагаю взять с собой быстроту, ловкость, выносливость! Направо, в обход по залу шагом «марш»!

### ***Разминка под музыку***

ОРУ в ходьбе и беге.  
Ритмические движения под музыку.

*Построение команд в две колонн.  
Приветствие.*

### **Инструктор:**

Команды есть, они готовы?

Все здоровы?

Бегать, прыгать, упражнения на гибкость выполнять и метать готовы?

- А следить за ходом игры будет жюри....

Пусть жюри весь ход сраженья без промашки проследит,  
Кто окажется быстрее, тот сегодня победит!

- А мы, ребята!

Добьёмся лучших результатов,

Чтоб все рекорды нам побить!

Как наши сверстники когда-то,

Значок заветный получить!

1. Эстафета: "Быстрее ветра" (бег с передачей эстафетной палочки). Начинает капитан, он оббегает финишную метку, передает эстафету другому игроку. Побеждает команда, которая быстрее закончит эстафету.
2. Эстафета: "Попади в цель" (метание малого мяча в цель). Начинает капитан, а за ним вся команда метают мячи в цель. Подсчитываются все попадания, у кого больше попаданий, та команда и побеждает.
3. Эстафета: "Прыгуны".  
Начинает капитан, он прыгает от линии старта двумя ногами с места, следующий игрок уже прыгает от его метки и так все остальные. Чья команда дальше прыгнет "коллективным прыжком", та и побеждает.

### **Интеллектуальная пауза: (загадки на спортивную тематику)**

- Победитель в спорсоревнованиях,  
Впереди все время только он.  
Как звучит, скажите, гордое название?  
Знают все, что это...  
(чемпион)
- Чтобы быть здоровым с детства  
И уж взрослым не хворать.  
Нужно каждым утром ранним  
упражнения прописать.  
Нужно встать, присесть, нагнуться,  
Вновь нагнуться, подтянуться.  
Пробежаться вокруг дома.  
Это всем из вас знакомо?  
Будет всё у вас в порядке,  
Если помнить о ...!  
(Зарядке)
- Мы физически активны,  
С ним мы станем быстры, сильны...  
Закаляет нам натуру,  
Укрепит мускулатуру.  
Не нужны конфеты, торт,  
Нужен нам один лишь... (спорт)
- Очень трудно жарким летом  
Пробежать его атлетам,  
Много долгих километров  
Пролететь быстрее ветра.  
Путь нелегок, назван он

Древним словом...  
(марафон)

- Руки врозь, а ноги вместе.  
Бег, потом прыжки на месте.  
Рассчитались по порядку,  
Вот и все — конец...  
(зарядке)
- Болеть мне некогда, друзья,  
В футбол, хоккей играю я.  
И очень я собою горд,  
Что дарит мне здоровье... (спорт)

4. Эстафета: "Быстро возьми, быстро положи!"  
Начинают первые 1-я пара игроков Они с гимнастическими палками обхватывают мяч-мякиш добегают до ориентира и оставляют его на полу, вторая пара игроков должна таким же образом мяч принести ..  
Побеждает команда, которая закончит эстафету первой.

5. Эстафета: "Ниже наклонись!"  
Выполняют по 1 игроку от команды. Они по очереди выполняют наклон из положения стоя на скамейке. Тот игрок, который выполнит наклон с лучшим результатом, приносит своей команде одно очко.

6. Эстафета: "Силачи!"  
Игроки каждой команды поочередно выполняют сгибание и разгибание рук в упоре лежа, Суммируются все правильно выполненные движения игроков. Выигрывает команда выполнившая большее количество раз.

### **Инструктор:**

С детства мы со спортом будем дружить,  
Физкультуру очень любить.  
Комплекс спортивный успешно внедрим,  
Значок ГТО на груди прикрепим!

*Жюри подводит итоги, награждение команд.*