

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №11 «Голубой вагон» г. Сальска

СЦЕНАРИЙ
СПОРТИВНОГО ПРАЗДНИКА
«ДЕНЬ БЕГУНА»

Инструктор по
физической культуре
высшей квалификационной категории
Пономаренко О.В.

2020 год

Цель: организовать досуг детей, удовлетворить естественные потребности детей в движении, способствовать радостному эмоциональному объединению детей, укреплять и сохранять здоровье.

Задачи:

- Совершенствовать навыки бега.
- Развивать быстроту, ловкость, выносливость.
- Повышать функциональные возможности систем организма.
- Развивать волевые качества, стремление к победе и уверенности в своих силах.
- Воспитывать характер, умение управлять эмоциями, чувство товарищества и взаимопомощи.

Предварительная работа:

- Изготовление флажков.
- Подготовка информации о беге.

Действующие лица:

Ведущий, Зайка побегай-ка, микроб (взрослые), чтецы стихов (дети).

Материалы и оборудование:

Спортивное оборудование (эстафетные палочки, конусы 16 шт., Флажки 2 шт., стойки 2 шт., барьер 2 шт., свисток),

Ход мероприятия:

Команды строятся вдоль площадки, звучит музыка.

Ведущий: Добрый день, дорогие ребята, родители и гости! Мы рады видеть вас на нашем празднике спорта. Сегодня в спортивных соревнованиях принимают участие дети старших и подготовительных групп. Именно здесь и именно сегодня мы узнаем кто у нас научился правильно бегать.

Ведущий: На стене Форума в Элладке было высечено: «Если хочешь быть сильным — бегай, если хочешь быть красивым — бегай, если хочешь быть умным — бегай». Справедливость этого изречения доказана многими исследованиями. Поэтому сегодня мы проводим День бегуна.

Вбегает Зайка побегай-ка.

Зайка побегай-ка: Здравствуйте ребята! А что, вы тут делаете?

Ответы детей

Зайка побегай-ка: Ребята, а что вы знаете о беге?

Бег — один из способов, при помощи которого люди и животные могут передвигаться. От ходьбы бег отличается «фазой полёта». Во время бега в какой-то момент обе ноги отрываются от пола. Можно сказать, что человек умеет «летать». (показывает картинку)

Бегать человек умел всегда, иначе бы он не выжил. В древние времена человеку приходилось убегать от хищников и при помощи бега охотиться на быстрых животных. И со временем люди заметили, что те, кто больше других бегают, становятся ловким, сильным и выносливым. И поэтому люди стали специально бегать, чтобы тренировать в себе все эти качества. Раньше человек на охоте чаще погибал, ведь животные, служившие пищей, были намного сильнее и быстрее человека. Чем сильнее и выносливее человек становился, тем удачнее он охотился, защищал свои жилища от врагов.

А вы знаете, что в спорте бег бывает разный: на короткие дистанции, средние и длинные. Самая длинная дистанция называется марафонской и составляет 42км 195м. Также бывает бег с барьерами и эстафетный бег.

Ведущий: Ребята, а знаете ли вы, кто из животных быстро бегают?

Ответы детей.

Зайка побегай-ка: Самый быстрый из бегающих животных – это гепард. Он может развивать скорость до 110-115км/ч, страус до 70км/ч.

Ведущий: А, почему ты пришел к нам на День бегуна?

Зайка побегай-ка: Как вы думаете, кто быстрее бегают зайчик или волк?

Ответ детей

Зайка побегай-ка: Зайчик бегают так же быстро, как и волк и может развить скорость до 50км/ч. Поэтому не зря меня называют зайка побегай-ка.

Зайка побегай-ка: Внимание! Внимание! Но прежде чем начать соревнования, необходимо познакомиться с правилами. Итак, правила соревнований.

Внимательно слушать предложенное задание. Что непонятно, обязательно переспросить у ведущего.

Не начинать выполнять задание, если участник, стоящий впереди, не закончил его.

Участник, выполнивший задание, встает в конец своей команды.

Выполнять все задания правильно и быстро.

Быть веселыми, задорными, радостными на протяжении всего праздника.

Вы принимаете эти правила?

Дети. Да.

Зайка побегай-ка: Но прежде чем соревноваться, мы скорей должны размяться. Руки, ноги разминаем и шагаем, и шагаем.

(Проводится веселая разминка)

Ведущий: Внимание! Внимание! Начинаем соревнования!

Появляется МИКРОБ.

Микроб: Никакого внимания.

Не будет вам соревнования.

Я – известный МИКРОБ

И скажу всем – СПОРТУ – СТОП!

Ну зачем вам закаляться?

Ну зачем соревноваться?

Лучше хилым быть, худым,

Невеселым и больным.

Больше прятаться от солнышка в тень.

Чтобы купаться, загорать вам было лень.

Пусть микробы вас съедят

И болезнью заразят.

Ведущий: Ты откуда появился в нашем детском саду?

Микроб: Я оттуда, где грязные руки, немытые фрукты и овощи, где болезни.

Ведущий: Ты чего это – хочешь нас напугать своими вирусами и болезнями? Ничего у тебя не получится. Наши дети по несколько раз моют руки мылом душистым (микроб начинает дрожать). Кушают только мытые фрукты и овощи (микроб дрожит сильнее), пьют только кипяченую воду. Ничего мы не боимся! Дети скажем всем болезням – НЕТ, спорту – ДА!. Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья! (произносят слова вместе с детьми).

Микроб: Ах, вода, вот это да!

Всех сейчас я проучу

Я, я – сейчас....

Ведущий: Дети – ногами затопаем

В ладоши захлопаем,

Лучше ты микроб уйди,

Не встречайся на пути. (микроб пугается и убегает).

Ведущий: А ,что нужно делать, что б микроб не приходил к нам в гости, расскажут ребята.

1-й ребенок: Чтоб расти и закаляться

Не по дням, а по часам,

Физкультурой заниматься,

Заниматься надо нам!

2-й ребенок: Спорт, ребята, очень нужен

Мы со спортом очень дружим,

Спорт – помощник,

Спорт – здоровье,

Спорт – игра,

Скажем мы физкульт-Ура!

3-й ребенок: Если хочешь быть умелым,
Ловким, быстрым, сильным, смелым,
Научись любить скакалки,
Мячик, обручи и палки,
Никогда не унывай!
Бегай, прыгай и скакай!

4-й ребенок: Чтоб проворным стать атлетом
Проведем мы эстафету.
Будем бегать быстро, дружно
Победить нам очень нужно!

Ведущий: Внимание! Внимание! Начинаем соревнования!

Эстафета «Эстафетный бег». (флажки 2 шт. эстаф. палочки 2 шт.)

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

Эстафета «Бег с барьерами». (флажки 2 шт. барьеры 2 шт.)

По команде дети бегут до барьера перепрыгивают через него добегают до флажка и бегут обратно по прямой, передают эстафету следующему участнику. Выигрывает команда, которая первая закончила дистанцию.

Эстафета «Бег Змейкой». (флажки 2 шт. конусы 16 штук.)

По команде дети бегут змейкой между конусами до флажка. Обратно по прямой, передают эстафету следующему участнику. Выигрывает команда, которая первая закончила дистанцию.

Эстафета «Бег с препятствиями ». (флажки 2 шт., обручи 2 шт. барьеры 2 шт.)

По команде дети бегут до барьера перешагивают через него добегают до обруча пролезают в него добегают до флажка и бегут обратно по прямой, передают эстафету следующему участнику. Выигрывает команда, которая первая закончила дистанцию.

Ведущая: Следующий вид наших соревнований бег на длинные дистанции.

Зайка побегай-ка, чтобы быть сильным, ловким и выносливым, надо больше заниматься. И я приглашаю тебя и всех ребят принять участие в легкоатлетическом кроссе под названием «Дружба».

Нужно пробежать вокруг детского сада. Но выиграют ребята из той команды, которые дружно все вместе будут финишировать. А старт Зайка побегай-ка, мы будем давать каждой группе отдельно.

Зайка побегай-ка: Первыми на старт мы приглашаем группу «Солнышко».

На старт, внимание, марш!

На старт мы приглашаем группу «Гномики». На старт, внимание, марш!

На старт мы приглашаем группу «Радуга». На старт, внимание, марш!

Музыкальная пауза танец-игра

Зайка побегай-ка : Но вот все испытания прошли наши дети.

А за праздник наш веселый я вас всех благодарю,

Свой подарок витаминный на здоровье всем дарю!

Раздаются фрукты.