

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №33 имени кавалера ордена
«За личное мужество» С.А. Вотрина городского округа Сызрань Самарской области,
структурное подразделение, реализующее общеобразовательные программы
дошкольного образования «Детский сад №22»

Сценарий физкультурного праздника для детей старшего
дошкольного возраста и их родителей

ВЕСЕЛЫЕ СОСТЯЗАНИЯ

Гольдмахер Ирина Игоревна, Кокоша Екатерина Викторовна



Идея: Без физкультуры ни дня не проходит,
Движение – жизнь, нам это подходит!

Аудитория: дети старшей и подготовительной групп, родители

Место проведения: музыкальный зал

Музыкальное оформление:

1. «Вперед» (-) Александр Ермолов

2. «Ламбитвок»

<https://my.mail.ru/music/search/музыка%20для%20спортивных%20танцев>

3. «Шалунишки» слова и музыка Жанны Колмагоровой,

4. «Квик-степ»

<https://my.mail.ru/music/search/музыка%20для%20спортивных%20танцев>

5. «Звездочка» слова и музыка Бориса Моисеева

6. «Разрешите пригласить» вариант В. Городнова и В. Калинин (-)

Световое оформление: естественное освещение.

Техническое оформление: музыкальный центр, видеопроектор, экран;

Действующие лица: Ведущий, Педагоги – капитаны команд.

Оборудование: эстафетные фишки, набивные мячи 8 штук, 2 скакалки, резиновые мячи 2 штуки, теннисные ракетки и шарики 2 штуки.

Декорации и атрибутика:

- Эмблемы на лентах трех цветов для каждой команды
- Крутящийся диск со стрелкой и секторами трех цветов (как ленты на эмблемах)
- Магнитная доска с эмблемами 2 команд
- Фишки для магнитной доски
- «Олимпийский огонь» для двух команд
- Электронные игровые презентации «Четвертый лишний» (приложение № 4), «Спортивное лото» (приложение № 5)

Сценарный план

Экспозиция: зал украшен, дети, под марш входят в зал, встают в две шеренги вдоль боковых стен.

Завязка: стихотворное приглашение-приветствие ведущего

Развитие действия:

1. Представление и приветствие команд
2. Танцевальная разминка «Ламбитвок»
3. Выбор участников первой эстафеты
4. Эстафета «Передача олимпийского огня»
5. Выбор участников второй эстафеты
6. Эстафета «Кто скорее до флажка»
7. Музыкальный номер команды «Звездочки»
8. Выбор участников третьей эстафеты
9. Эстафета «Мяч – капитану»
10. Музыкальный номер команды «Солнышки»
11. Танец «Звездочка»
12. Приглашение гостей на танец
13. Общий танец «Квик степ»
14. Электронная игра «Четвертый лишний» (виды спорта)
15. Выбор участников четвертой эстафеты
16. Эстафета «Пронеси - не урони»
17. Выбор участников пятой эстафеты
18. Эстафета «Бег со скакалкой»
19. Электронная игра «Спортивное лото»
20. Танец «Шалунишки»
21. Выбор участников шестой эстафеты
22. Эстафета «Проведи мяч»

Кульминация: объявление результатов командных состязаний

Развязка: вручение призов-наград

Финал: общий танец

Ход:

Под марш (А. Ермолов «Вперед») команды входят в зал, выстраиваются в две шеренги вдоль боковых стен.

Ведущий:

К нам Праздник пришел и красиво назвался -

Я – Праздник здоровья, веселья и танца.

Я – праздник спортивной игры и удачи,

Я радостней сделаю всех и богаче!

И в день этот яркий и шумный и светлый

Желаю вам честной борьбы и победы!
На нашем празднике сегодня две команды, им и предоставим слово.

Капитан 1 команды:

Наша команда
все: «Звездочки»!
Мы команда хоть куда,
и пришли сейчас сюда
петь, играть и танцевать,
И как звездочки блистать!

Капитан 2 команды:

Наша команда
все: «Солнышки»!
Сколько у солнышка ярких лучей
Столько у нас и затей и идей.
Умеем и петь, и играть, и плясать
Готовы бороться и побеждать!

Ведущий: Команды готовы к соревнованиям, но сначала – разминка.

Ребенок: Нам полезно без сомненья
Все, что связано с движеньем.
Вот, поэтому ребятки
Будем делать мы зарядку.

Танцевальная композиция «Ламбитвок» (приложение 1)

Танцуют дети (воспитанники подготовительной группы приглашают в пару детей старшей группы)

Ведущий: Право выбрать первую игру предоставляем капитану команды
«Звездочки» (крутит барабан, останавливает стрелку на оранжевом секторе)

Ребенок: Чтоб проворным стать атлетом
Проведем мы эстафету.
Будем бегать быстро, дружно
Победить нам очень нужно!

Ведущий: Команда с оранжевыми ленточками – на старт!

Эстафета «Передача олимпийского огня»

В эстафете участвуют все игроки с эмблемой на оранжевой ленте, у первых игроков символический олимпийский огонь. По сигналу начала эстафеты первые игроки бегут до условной отметки (примерно 6 м), оббегают ее и обратно возвращаются бегом, передавая олимпийский огонь следующему игроку.

Ведущий: Подведем итог. А теперь капитан команды «Солнышки» определит следующих участников (желтый сектор)

- команда с желтыми лентами – на старт!

Ребенок:

Чтоб здоровым оставаться
Прыжками нужно заниматься.
Ну кА дружно становись
И здоровьем зарядись!

Эстафета «Кто скорее до флажка»

В эстафете участвуют все игроки с эмблемой на желтой ленте. По сигналу начала эстафеты первые игроки прыгают на двух ногах через набивные мячи (4 штуки), затем оббегают флажок и обратно возвращаются бегом.

Ведущий: Дальше крутим барабан, он игру подскажет нам (синий сектор)
Команда с синими лентами, на старт!

Ребенок: Будем вместе мы играть
Бегать, прыгать и скакать
Чтобы было веселее
Мяч возьмем мы поскорее.

Эстафета «Мяч капитану»

В эстафете участвуют все игроки с эмблемой на синей ленте. Капитан команды (педагог) стоит лицом к команде на расстоянии 2,5-3 метра от линии старта. По сигналу начала эстафеты он бросает мяч первому игроку, игрок возвращает мяч обратно и приседает. Капитан бросает мяч следующему игроку и т.д.

Капитан 1 команды вращает барабан:

А теперь нас танец ждет, команда «Звездочки» - вперед!

Танец «Звездочка»(приложение 2)

Ведущий: Изю всех забав на свете, танцы – лучшая забава
Ведь танцуют даже дети, чем детей вы хуже, право?!

Танец «Мы с тобой идее по кругу» (приложение 3)

Дети приглашают гостей праздника

Капитан 2 команды вращает барабан:

Ведущий: Знак вопроса выпадает, вас проверить он желает –
кто и что о спорте знает?

Электронная игра «Спортивное лото» (приложение 4)

Ведущий: Барабан опять вращаем, и команду выбираем.

Команда с оранжевыми лентами – на старт!

Эстафета «Пронеси - не урони»

В эстафете участвуют все игроки с эмблемой на оранжевой ленте. По сигналу начала эстафеты первые игроки обегают эстафетную фишку, держа на теннисной ракетке теннисный шарик, передают ракетку следующему игроку.

Капитан 1 команды вращает барабан

Команда с желтыми лентами – на старт!

Ребенок: Чтобы прыгать научиться

Нам скакалка пригодится

Будем прыгать высоко

Как кузнечики — легко.

Эстафета «Бег со скакалкой»

В эстафете участвуют все игроки с эмблемой на желтой ленте. В руках у первых игроков скакалка. По сигналу начала эстафеты игроки прыгают через скакалку (любым удобным способом) до отметки финиш и бегом возвращаются назад, передают скакалку следующему игроку.

Ведущий: Снова паузу берем – танец «Солнышек» мы ждем.

Танец «Шалунишки» (Приложение 6)

Капитан 1 команды вращает барабан (зеленый сектор)

«Эстафета с отбиванием мяча»

В эстафете участвуют все игроки с эмблемой на зеленой ленте. В руках у первых игроков мяч. По сигналу начала эстафеты игроки отбивая мяч обходят фишку и передают мяч следующему.

Ребенок: Физкультурой занимайся,
Чтоб здоровье сохранять,
И от лени постарайся
Поскорее убежать.

Общий танец под веселую музыку Квик степ

Заключительные слова детей:

1. Купить можно много: машину, компьютер,
Смешного бульдога, стремительный скутер,
Коралловый остров – хоть это и сложно,
Но только здоровье купить невозможно.
Оно нам по жизни всегда пригодится,
Заботливо надо к нему относиться!

2. Чем больше к доктору мы ходим,
Тем больше хворей в нас находят.
Давно бы надо всем понять –
Врача нам надо поменять!
На спорт, диету и закал,
На танцы, музыку, вокал!

Ведущий: Что мы с вами и делаем! Будьте здоровы!
За активное участие вас хотим мы наградить,
и полезным для здоровья, чем-то вкусным угостить!
(дети получают витамины в упаковке)

Приложение 1

Спортивный танец «Ламбитвок»

На вступление дети встают парами, лицом друг к другу, боком к зрителям, руки на пояс. Качают головой вправо и влево.

1. Мальчик поочередно протягивает девочке руки ладонями вверх, девочка, так же поочередно кладет руки ладонями на ладони мальчика. Дети кружатся подскоками на 8 шагов и поворачиваются лицом к зрителям.
2. Выполняя пружинящие полуприседания, выполняют два хлопка над головой и два хлопка по коленям. Повторяют движения еще раз. Кружатся, взявшись за руки подскоками на 8 шагов.
3. На небольших прыжках выставляют правую ногу на носок (пяточка направлена вверх), затем на пятку и три раза делают твистовое движение согнутыми в коленях ногами. Повторяют движения с левой ноги. Затем еще раз выполняют движения с правой и левой ноги.
4. Выполняя пружинящие полуприседания, два раза щелкают пальцами рук над головой. Делают шаг в сторону (по направлению друг от друга) и слегка сгибая опорную, ногу два раза энергично встряхивают кистями рук на уровне живота. Движения повторяют еще 3 раза.
5. Повторяют все движения п.п. 2-4 еще раз.
6. Выполняют 4 прыжка ноги врозь – вместе на месте, затем на 4 прыжках ноги врозь - вместе встают парами (один впереди, другой – сзади)
7. Стоящий впереди ребенок выполняет прыжок ноги врозь, руки в стороны, второй ребенок опускается на четвереньки и проползает в образовавшиеся «воротики». Движения повторяются, только прыжок теперь выполняет второй ребенок. Прыжки и пролезание в «воротики» повторяются еще 2 раза.
8. Дети, взявшись парами за руки, подскоками двигаются по кругу.

ЗВЕЗДОЧКА

(Б.Моисеев «Звездочка алая»)

1. 2 маленьких прыжка на двух ногах вправо с одновременной работой плечами – поочередно вверх вниз 2. 4 хлопка в ладоши над головой 3. То же в левую сторону. Движения 1-3 повторить еще раз. 4. Держа согнутые руки перед собой ладонями кверху два приставных шага вперед, разведя согнутые руки в стороны, два приставных шага вправо 5. Все движения выполнить поочередно: делая выпад на правую ногу, правую руку поднять вверх, затем опустить на правое колено, правое колено направить к левой ноге, левое – к правой ноге, развести колени врозь, свести вместе, сделать выпад на правую ногу и медленно подтянуть левую ногу к правой. Движения 4 повторить в обратной последовательности в левую сторону. Движения 5 повторить влево. 6. Три шага вперед с правой ноги, поднимая руки вверх, ладони развернуты к потолку. На 4 – приставить левую ногу на носок к правой.	Где же ты, где? Где же ты, где? Где же ты, где? Где же ты, где? Звездочка упала на мою ладонь В миг ее не стало, только жжет огонь Не успел желание сразу загадать Снова расставанья или помечтать? Посмотри на небо,
---	---

7. Три шага назад с левой ноги, опускающая руки. 8. Кисти с широко расставленными пальцами положить на бедра, слегка присев. Выставить правую ногу на носок вправо, приставить. То же левой ногой. 9. Правой ногой шаг вперед, присесть на левое колено, приставить левую ногу к правой (присед). Выпрямляясь, прыжок ноги врозь, руки в стороны. Прыжок ноги вместе, одновременно хлопок перед собой. Движения 8-9 повторить еще раз. 10. Два приставных шага вправо, разводя согнутые руки в стороны, два шага вправо, сгибая руки перед собой. Движения 10 повторить в левую сторону. 11. Слегка присесть, одновременно сделав круг руками вперед, и поставить их на колени, опустить голову на грудь. 12. Оставаясь в полу приседе, поднять голову. 13. Выпрямляясь, поочередно сделать 4 круговых движения плечами назад. 14. Выполнить поворот вокруг себя на четыре прыжка, после каждого приседая и выпрямляясь, делая твистовые движения коленями. Повторить движения 1-3	посмотри туда. Высоко так не был, раньше никогда. Вот мои ладони упади опять Я тебя не трону, дай мне помечтать Припев: Где же ты, где? Звездочка алая Где же ты, где? искорка малая Где же ты, где? Чувство глубокое Счастье далекое Где же ты, где? Где же ты, где? Где же ты, где? Где же ты, где? Где же ты, где?
---	--

15. С правой ноги 4 шага вперед. 16. Шаг правой ногой вправо, левую приставить позади правой, правой – вправо, левую приставить к правой. 17. на три шага выполнить поворот влево, на 4 приставить правую ногу к левой. 18. 3 шага с левой ноги назад, на 4 приставить правую ногу к левой. Повторить движения 15-18 в левую сторону. Движения припева повторяются. Движения 1-3 повторяются, вместе с хлопками дети уходят	Говорили люди, как бы не хотел, Радости не будет от небесных тел. Не успел желанье сразу загадать Обожгла мне сердце звездочка опять Припев. Где же ты, где? Где же ты, где? Где же ты, где? Где же ты, где?
--	--

Приложение 3

Квик степ

1.Основной шаг

«И» - слегка присесть на правой ноге, «Раз» - шаг вперед с левой ноги, «И» слегка присесть на левой ноге, «Два» - приставить правую ногу к левой, «И» слегка присесть на левой ноге, «Три» - шагнуть правой ногой назад, «И» слегка присесть на правой ноге, «Четыре» - приставить левую ногу к правой, «И» - слегка присесть на правой ноге, «Пять» - шаг левой ногой в сторону, «И» слегка присесть на левой ноге, «Шесть» - поставить правую ногу на носок скрестно (перед левой), «И» - слегка присесть на левой ноге, «Семь» -

шаг правой ногой в сторону, «И» слегка присесть на правой ноге, «Восемь» - поставить левую ногу на носок скрестно (перед правой).

2. Повороты с хлопком

«И» - слегка присесть на правой ноге, «Раз» - шаг в сторону левой ногой, «И» слегка присесть на левой ноге, «Два» - шаг правой ногой вперед - вправо с одновременным поворотом на 180 градусов, «И» - слегка присесть на правой ноге, «Три» - шаг левой ногой назад – влево с одновременным поворотом на 180 градусов, «И» - слегка присесть на левой ноге, «Четыре» - приставить правую ногу к левой, одновременно сгибая руки в локтях, ладонями наружу (когда танец будет исполняться в паре, партнеры будут выполнять хлопок, встречаясь ладонями). Те же движения повторяются в другую сторону.

3. Боковой галоп

Выполняется боковой галоп сначала вправо, три шага, на «Четыре» - носком левой ноги поставить «точку» рядом со стопой правой ноги. Движение повторяется в левую сторону.

4. Дорожка шагов

«Раз» - шаг левой ногой в сторону, «Два» - шаг правой ногой скрестно перед левой, «Три» - шаг левой ногой в сторону, «Четыре» - шаг правой ногой скрестно за левой, «Пять» - шаг левой ногой в сторону, «Шесть» шаг правой ногой скрестно перед левой, «Семь» - шаг левой ногой в сторону, «Восемь» - приставить правую ногу к левой.

Повторить всю дорожку в другую сторону.

движения должны повторяться в следующей последовательности:

1. Основной шаг (2 раза)
2. Повороты с хлопком (2 раза)
3. Основной шаг (2 раза)
4. Боковой галоп (2 раза)

5. Основной шаг (2 раза)

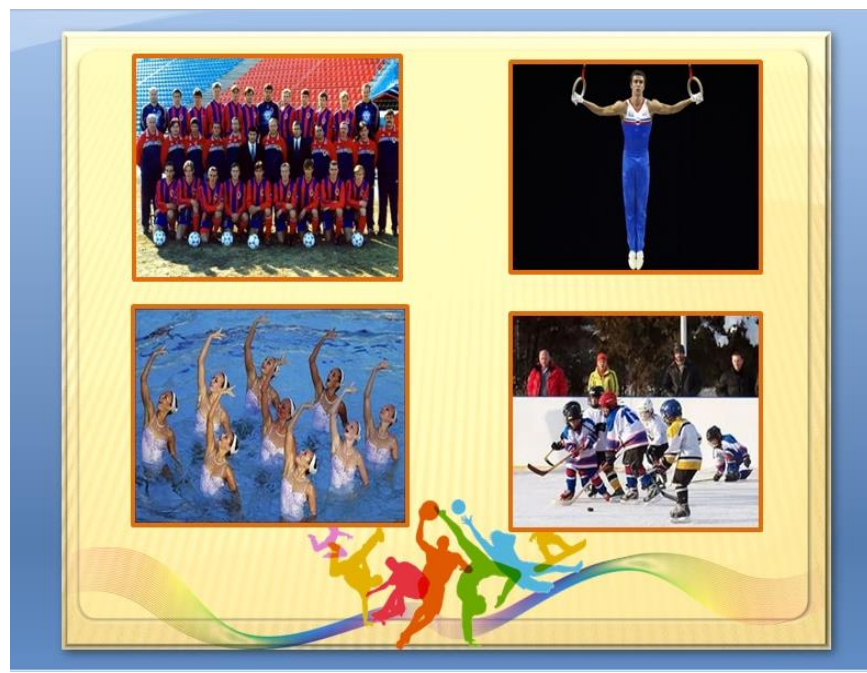
6. Дорожка шагов (1 раз)

Приложение 4

Электронная игра «Четвертый – лишний»

(при правильном ответе лишняя картинка исчезает, при неправильном – переворачивается и остается на месте)

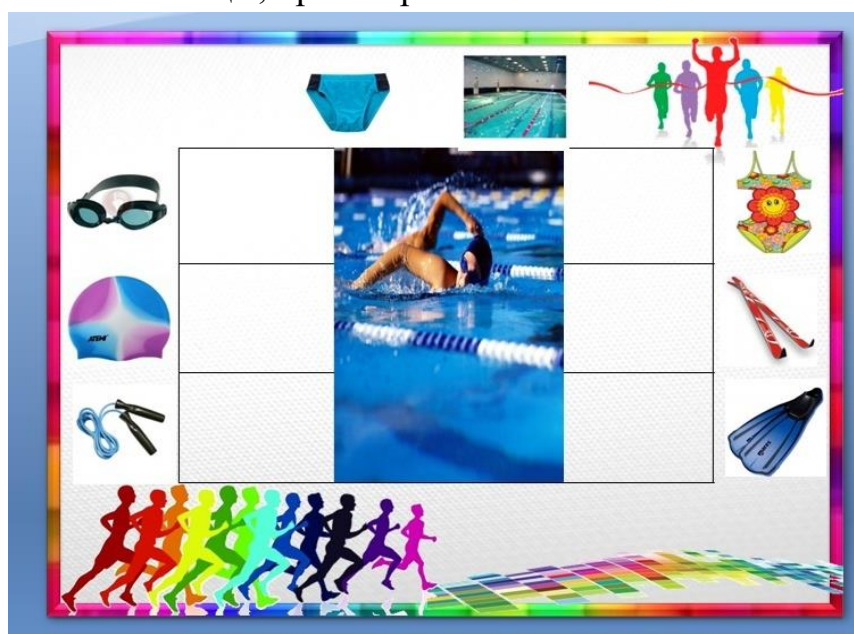






Спортивное лото

При правильном ответе, выбранная картинка занимает место в клетке
таблицы, при неправильном - исчезает



йду





Шалунишки

На вступление дети выбегают (высоко поднимая колени) и встают лицом к залу в пары, хлопают в ладоши, держа руки над головой, на окончание вступления девочка встает за спиной мальчика, руки на пояс.

1.Делают шаг в сторону, широко разводя руки (мальчики в лево, девочки вправо) и поворачиваясь лицом друг к другу, возвращаются в и.п. 2.Повторяют в противоположную сторону. Повторяют движения 1-2 еще раз. Мальчики и девочки, пританцовывая и приподнимая и опуская руки, лицом к залу сначала меняются местами и, продолжая двигаться по кругу, возвращаются на свое место. Наклонившись вперед, мальчики руками делают «мельницу» (правая рука к левой ноге, левая – к правой), девочки, держа ладони у лица выполняют пружинку, слегка наклоняясь по два раза вправо и влево. Кружатся подскоками, взявшись за руки «лодочкой». Мальчики садятся на пол ноги врозь, держа ладони у лица, слегка наклоняются по два раза вправо и влево. Девочки в это время обходят	1.Если дождик на дворе, Если лужи в сентябре, Если сильный снегопад, Если ты не рад. Если бросили друзья, На работе вся семья, Ты грустишь, и вот тогда Мы их зовём сюда. -----ПРИПЕВ:----- Девчонки, мальчишки Сплошные шалунишки. Они читают книжки И весело живут. Девчонки, мальчишки Опять грызут коврижки. Смешные, даже слишком И песенки поют. ----- 2.Если в доме кавардак, Кто-то лазил на чердак, Кто-то привязал к хвосту Бабочку коту.
--	--

вокруг мальчиков 1 круг,
останавливаются за спиной своей
пары.

Мальчики опираясь на ладони сзади,
выбрасывают поочередно вперед
прямую ногу. Девочки хлопают в
ладоши, держа руки над головой.

Движения припева повторяются

На проигрыш выстраиваются в одну
колонну по центру зала.

Поочередно делают воздушный
поцелуй в сторону зрителей и
убегают к дальней линии зала,
чередуюсь – один вправо, один влево
выстраиваются в шеренгу (все
девочки с одной стороны, все
мальчики с другой). Проговаривая
слова «Нас узнает вся Москва»
сгибают и выпрямляют вверх правую
руку (кисть в кулак)

Поворачиваются лицом к центру
берут друг друга за талию (дети,
стоящие в центре за руки) и
имитируют «перетягивание» то
вперед, то назад. Затем бегом (высоко
поднимая колени) встают
в рассыпную и повторяют движения
припева, в конце вместо кружения
хлопают в ладоши над головой.

Если дом ваш не узнать,
Вам пора об этом знать,
Значит, были здесь друзья
Так скажу вам я...

-----ПРИПЕВ:-----

Девчонки, мальчишки
Сплошные шалунишки.
Они читают книжки
И весело живут.
Девчонки, мальчишки
Опять грызут коврижки.
Смешные, даже слишком
И песенки поют.

Подтяни скорей штанишки
Разве ты не шалунишка?
Где твой имидж? Где твой шарм?
И на сцене мы без мам!
Мы – артисты, сцена, роли,
Скоро едем на гастроли.
Только выучим слова
Нас узнает вся Москва

-----ПРИПЕВ:-----

Девчонки, мальчишки
Сплошные шалунишки.
Они читают книжки
И весело живут.
Девчонки, мальчишки
Опять грызут коврижки.
Смешные, даже слишком
И песенки поют.

Разрешите пригласить

Танец начинает Ведущий и 1-2 ребенка (заранее оговаривается)

1. Выставляя правую ногу на пятку вправо, и немного поворачивая корпус, разводят руки в стороны, затем приставляют ногу обратно.
2. Выполняют движение в левую сторону.
3. Повторяют движения 1-2 еще раз.
4. Поочередно сгибают колено и касаются противоположного локтя. 4 раза.
5. Выполняют небольшой выпад вправо, одновременно руками делая перед собой «моторчик».
6. Выполняют движение в левую сторону.
7. Движения 5-6 повторяют еще раз.
8. Протягивают вытянутую руку в сторону гостей (как бы показывая на них), затем пожимают плечами, и поочередно протягивают вперед правую и левую руку с вытянутым вверх большим пальцем.
9. Выполняют три хлопка справа от себя. Затем три хлопка слева от себя
10. Делают приглашающий жест рукой в сторону детей
11. Выполняют твистовые танцевальные движения на месте.

Танец повторяется с начала еще 2 раза, каждый раз с большим количеством участников.