Развлечение со старшими дошкольниками

***«С днем рождения, ГТО!»***

*Звучит спортивный марш, дети входят в зал.*  
**Ведущий:**

Добрый день, дорогие друзья! Мы начинаем физкультурно-спортивный праздник **«С днем рождения, ГТО»**  
Поднятие флага (дети)

**1 ребенок:** Что такое ГТО?Вы не видели его?Где он, что он покажите? И быстрее научите.

**2 ребенок:** ГТО – это движение.ГТО – это успех.ГТО – это здоровьеГТО – это для всех

**Ведущий:** Расскажу вам для чего, сдаём мы нормы ГТО:  
Чтоб здоровье укреплять, патриотами чтоб стать.

**Лера:** 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!

**ВСЕ:** Все на сдачу ГТО!  
**Лера:** В нашей жизни всё мгновенно, всё проходит и пройдёт, портом надо непременно   
заниматься круглый год. Прыгать, бегать, отжиматься, груз тяжелый поднимать, по утрам тренироваться,  
стометровку пробегать, своим телом занимайся. Будь здоров!  
***Все:*** Всегда здоров!  
**Лера:**  
Что помогает нам остаться здоровыми и в холод и в ветра?  
Что важным в возрасте любом должно считаться? Конечно, спорт! Зарядка по утрам!  
**Разминка……**

**Ведущая:** Комплекс ГТО в СССР впервые был принят в11 марта 1931 году для школьников 1 – 8 классов по четырем возрастным группам и для населения старше 16 лет по 3 ступеням.

Нормативы изменялись и вносились изменения . Последний комплекс был принят в 1972 г. Он имел 5 возрастных ступеней:«Смелые и ловкие», «Спортивная смена», «Сила и мужество», «Физическое совершенство», «Бодрость и здоровье».

В 2014 году президент В. В. Путин подписал указ о возвращении системы ГТО. Для школьников проводятся испытания по пяти возрастным группам. В беге, подтягивании, отжиманиях, упражнениях на гибкостьпрыжках, метаниях, беге на лыжах, плавании, стрельбе.  
**Видеоролик «Что такое ГТО?»  
*Перестроение в команды*  
Ведущий:**Сегодня каждая команда попытается доказать, что она лучшая в ходе командной игры. Игроки следуют по станциям в соответствии со своим Маршрутным листом. На станциях команды выполняют предложенные задания.   
Мы предлагаем пройти спортивные испытания, включенные в «Нормативы ГТО»

- Прыжок в длину с места толчком двумя ногам.  
- Поднимание туловища из положения, лежа на спине.   
- Наклон вперед из положения, стоя с прямыми ногами на лавочке.  
- Челночный бег.  
- Бросание набивного мяча.  
**Ну что готовы бороться? Тогда вперед!!!**

*Команды разводятся по станциям и начинаются соревнования в видах испытаний (тесты) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО):*

*1.Челночный бег.*  
*2.Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамейке (для определения результата в см).*  
*3.Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)).*  
*4.Прес  
5. Бросание набивного мяча*

**Лера:**  Сейчас начинаются «Весёлые старты»

На старт вызываются команды

1.«Самый быстрый» (бег 10м.)

2.«Переправа» (с обручами)

3.»Кто быстрее?» (с мячом)

4. «Бег в обруче»

5.«Перетягивание канати»

**Ведущий:** А пока судьи подводят итоги, давайте посмотрим, насколько вы хорошо знакомы со спортивной историей нашей страны. Что вы знаете об истории комплекса ГТО.

**Викторина «История ГТО»**

1. День рождения ГТО (11 марта 1931 года)
2. Какой возраст участников Комплекса ГТО (от 6 до 60 лет)
3. Кто становился обладателем значка ГТО (те, кто выполнял нормативы на протяжении многих лет)
4. Сколько возрастных ступеней входят в современный комплекс ГТО? (11)
5. Какой знаменитый космонавт сдал нормативы ГТО на золотой значок (Ю.Гагарин)
6. Когда в наше время Указом Президента Российской Федерации введен в действие Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне (1 сентября 2014 г.)

**Ведущий:** подведение итогов

***Награждение***

**Лера**: Друзья, пришла пора проститься я хочу вам пожелать.  
Всегда с охотою трудиться и никогда не унывать.

**Ведущий**

Пора друзья, прощаться нужно, всех поздравляем от души,  
Сдадим все ГТО мы дружно и взрослые, и малыши. До новых счастливых встреч!!!!

*(Под звуки музыки все организовано покидают спортивный зал).*