

**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
«Красносопкинский детский сад «Алёнка»**

## **Сценарий праздника**

# **"Веселая эстафета"**

**Для детей старшего дошкольного возраста**

**Подготовила: Сидоренко Е.В.**

**Дата проведения: 19.11.2018г**

**2018г**

(спортивный праздник)

Под музыку спортивного марша появляются дети двух команд: «Звезда» и «Вымпел». По команде ведущего «Стой! Раз-два!» все останавливаются, приветствуют гостей и болельщиков словами «Физкульт-привет!».

Ведущий. На нашем празднике соревнуются две команды: «Звезда» и «Вымпел». В состав команд кроме детей входят и родители. Команды, готовы к соревнованиям? Поприветствуйте друг друга!

1 - й ребенок

Кто мечтает не украдкой,

А готовится всерьез:

Занимается зарядкой,

Закаляется в мороз.

2 - й ребенок

Чтобы выглядеть как надо,

Чтоб иметь спортивный вид,

Впереди — спартакиада,

Факел солнечный горит.

3 - й ребенок

Время мчится, словно птица,

И, наверно, в добрый час

В гордой форме олимпийца

Выйдет кто-нибудь из нас.

4 - й ребенок

Мы растем достойной сменой

Нашим олимпийцам-мастерам.

Становись и ты

спортсменом,

Приходи сегодня к нам.

Ведущий предоставляет слово судье, который знакомит команды и всех присутствующих с условиями соревнования (за каждый выигрыш команде будет присуждено 1 очко). Сообщает, что разрешается родителям участвовать в играх и эстафетах, рассказывает, что судейская коллегия будет снимать очки за несоблюдение правил и, наоборот, поощрять за культурное поведение, выдержку, взаимовыручку в команде и что главный девиз праздника «Один за всех — и все за одного».

Судья

Чтоб победы вам добиться,

Нужно честно потрудиться,

В играх правила все знать

И отлично выполнять.

Ведущий

Всем ребятам мой привет

И такое слово:

Спорт любите с детских лет -

Будете здоровы!

Ну-ка, дружно, детвора,

Крикнем все:

Дети. Физкульт-ура!

Дети перестраиваются и выполняют упражнения с мячами.

Ведущий

Сияет солнышко с утра,

Ему мы очень рады.

Ребята, начинать пора

Спортивные парады!

Если хочешь стать умелым,  
Ловким, быстрым, сильным,  
смелым,  
Научись любить скакалки,  
Кольца, обручи и палки.  
Никогда не унывай,  
В цель мячами попадай.

### **Эстафета с мячом**

Участники встают в колонну друг за другом. Расставив ноги, наклониться вперед и передать мяч между ногами назад другому игроку из рук в руки. Когда мяч дойдет до последнего игрока, участники начинают передавать мяч вперед через голову, не поворачиваясь. Когда мяч получают капитаны, они должны, отбивая мяч о землю, дойти до флажка. Чей капитан первым дойдет до финиша, та команда и победила.

### **Эстафета с кеглями**

Участники встают в колонну! друг за другом. У каждого в руке по одной кегле. У капитана - две. Первый участник, капитан, с двумя кеглями бежит до обруча, отмеченного флажком, ставит в него одну кеглю, обегает флажок и возвращается в свою команду, передавая вторую кеглю следующему игроку. Последний игрок возвращается с одной кеглей, отдает ее капитану и тот поднимает ее вверх, заканчивая эстафету.

### **Эстафета «Переправа с обручами»**

Участники встают в колонну; друг за другом. У первого — два обруча. Он передвигается до флажка, кладет перед собой обручи и перешагивает из одного в другой. Обрато участник бежит, неся обручи в руке, и передает их следующему игроку.

### **Эстафета с ракеткой для бадминтона**

Участники встают в колонну друг за другом. У первого на ракетке лежит мяч. Он должен обежать вокруг флажка и вернуться, не уронив мяч, и передать ракетку следующему участнику.

### **Эстафета со скакалкой**

Участники встают в колонну друг за другом. У первого в руках скакалка. Он выполняет прыжки со скакалкой любым способом с продвижением вперед до флажка и возвращается назад бегом и передает скакалку следующему участнику. Судья подводит итоги.

Судья. Дорогие взрослые и дети! Вы сегодня отлично соревновались, честно, соблюдали правила, проявляли ловкость, находчивость, смелость. А сейчас все вместе посчитаем очки и узнаем, какая команда стала победителем. Победила команда .. !

Судья вскрывает пакет. В нем «золотые» и «серебряные» медали. Награждает команды.

Праздник заканчивается исполнением песни «Физкульт-ура!» (муз. Ю. Чичкова, сл. З. Петровой) и общим шествием участников.











## ПОСЛОВИЦЫ И ПОГОВОРКИ (от А до Я)

Аппетит от больного бежит, а к здоровому катится.  
Бег не красен, да здоров.  
Без надобности не лечись, здоровее будешь.  
Без работы человек гибнет также, как мясо без соли портится.  
Без сна не проживешь.  
Болезни входят через рот.  
Болезнь не беда, коли есть хлеб да вода.  
Болезнь поражает быстро, а выздоровление наступает медленно.  
Болезнь приходит бегом, а уходит медленным шагом.  
Болезнь приходит горой, а уходит песчинкой.  
Болезнь с грязью в дружбе.  
Болезнь человека не красит.  
Боль даже на пальце ноги отражается в груди.  
Боль легче переносится, если не думаешь о ней.  
Больному все не мило.  
Больному не до разговора, уставшему — не до игры.  
Болячка мала, да болезнь велика.  
Вода все очищает.  
Всякое дело поправимо, если человек здоров.  
Где больно — там рука, а где мило — там глаза.  
Где вода, там и жизнь.  
Гнев человеку сушит кости и рушит сердце.  
Головная боль сном проходит.  
Дай работу телу — отдохнет голова.  
Два часа собирался, два часа умывался, один час утирался, сутки одевался.  
Дерево держится своими корнями, а человек пищей.  
Десять правильно проведенных ночей не окупают одной бессонной ночи. Чем легче вешишь, тем быстрее идешь.  
Доброе семя, добрый и всход.  
Долог день до вечера, коли делать нечего.  
Если занемог, лечи болезнь в самом начале.  
Ешь соленья — думая о последствиях.  
Жизнь дана на добрые дела.  
За общим столом еда вкуснее.  
Заботы — источник ста болезней.  
Здоровье за деньги не купишь.  
Здоровый не испытывает боли, которая свойственна больному.  
Здоровье дороже богатства.  
Здоровье и труд рядом идут.  
Здоровье подорвать - самому себя обворовать.  
И из маленького прыщика может образоваться большая опухоль.  
И лекарство в излишке — яд.  
И сахарная болезнь не сладкая.  
Излишняя сладость пуще горечи.  
Когда ешь — бойся подавиться, когда идешь — бойся спотыкнуться.  
Коль ешь понемногу, аппетит всегда будет.  
Крепок телом - богат и делом.  
Кто воде слишком доверяет, тот в ней и тонет.  
Кто день пропустил зарядку, тот на день постарел.  
Кто ест соль, тот пьет воду.  
Кто зря сердит, у того голова болит.  
Кто от жира еле дышит — здоровьем не пышит.  
Кто хочет много знать, тому надо меньше спать.  
Лекарством можно излечить болезнь, но нельзя укрепить здоровье.  
Лечи легкую болезнь, пока она тяжелой не стала.  
Ложись спать с голодным желудком — проснешься бодрым.  
Люди друг для друга и лекарство, и болезни.  
Мало хотеть, надо уметь.  
Мельница сильна водой, а человек — едой.  
Мозоль не пуля, а с ног валит.

На руке нарыв, а все тело болит.  
Научись ценить здоровье, прежде чем заболеешь.  
Не бранись - состаришься.  
Не все в рот, что око видит.  
Не всякое лекарство на пользу, как и не всякая пища.  
Не глотай, не прожевавши, не болтай, не подумавши.  
Не горячись: на черепе трещина будет.  
Не думай быть парадным, а думай быть опрятным.  
Не знать — не страшно, страшно — не узнать.  
Не зная броду, не суйся в воду.  
Не пей воды из грязного источника, не отдыхай в тени ядовитого дерева.  
Не пей воды из посуды, в которой не видно дна.  
Не работа сушит, а забота.  
Не рад больной и золотой кровати.  
Не тот спортсмен, кто в детстве прыгает, а тот, кто под старость бегаёт.  
Небо желтеет — к дождю, человек — к болезни.  
Неосмотрительный в яму падает.  
Нога споткнется, а голове достается.  
От радости старики молодеют, от печали молодые худеют.  
От сладкой еды жди беды.  
От умеренной еды - сила, а от обильной - могила.  
Поздно поднялся — день потерял, в молодости не учился - жизнь потерял.  
Посочувствовать больному — вернуть ему половину здоровья.  
Правильное дыхание так же необходимо, как и пища.  
Про болезни говорить, себе вредить.  
Работай сидя, отдыхай стоя.  
Раньше начнешь, раньше и поспеешь.  
Река начинается с ручейка, а спорт с зарядки.  
Самая острая боль та, что беспокоит сейчас.  
Скажи мне, как ты спишь, и я скажу, как ты утомляешься.  
Скучен день до вечера, коли делать нечего.  
Соблюдай режим труда и быта - будет здоровье крепче гранита.  
Совершать после еды прогулку лучше, чем держать у себя аптеку.  
Союзник болезни — уныние.  
Спорт сочетаешь с делом — здоров душой и телом.  
Средство к исцелению - передвижение.  
Съеденное вечером впрок не пойдет.  
Тяжелую болезнь хорошая пища лечит.  
Ужин не нужен, был бы обед дружен.  
Укоротить ужин - это удлинить жизнь.  
Ум да здоровье всего дороже.  
Умеренный в еде — всегда здоров.  
Ученику удача, а учителю радость.  
Холода не бойся, сам по пояс мойся.  
Хорошо прожеванное — наполовину переваренное.  
Царапина была - не лечил, стала язвой - вылечить хочет.  
Чего себе не хочешь, того и другому не делай.  
Человек, проглатывая пищу неразжеванной, проглатывает многие годы жизни не прожитыми.  
Чем крепче сон, тем ярче мысли.  
Чесал царапину - расчесал до кости.  
Шутка — минутка, а заряжает на час.