

**Сценарий физкультурного развлечения для детей старшего  
дошкольного возраста.**

**«Увлекательное путешествие»**

*(Дети и воспитатель проходят в спортивный зал)*

**Подготовила:**

**воспитатель Антонова С.Н.**

**Вос-ль:** - Ребята, сегодня мы с вами отправляемся в увлекательное путешествие.

- Подровнялись, посмотрели через левое плечо, а теперь через правое плечо.

- Ну, ребята, дружно шагай, смотри не зевай.

**Вос-ль:** Мы прибыли с вами на станцию «Цирковая»

Внимание, внимание!!!

Выполняем ваши пожелания,

Лишь по вашему велению

Начинаем представленье:

Ровным кругом друг за другом

Мы идём за рядом ряд.

Стать спортивными и смелыми

Приглашаем всех ребят.

**Занимательная разминка.**

1. Вот воздушные гимнасты

Гимнастической ходьбой

Продвигаются изящно

По арене цирковой

(ходьба по кругу, гимнастическая ходьба)

2. Вот семейство акробатов

На носках идёт, на пятках.

Быть спортивными хотим

Акробатов победим.

(ходьба на носках, на пятках)

3. Вот идут широким шагом

Наши чудо-силачи.

Им доступно одним махом

Гнуть подковы-калачи.

(ходьба широким шагом друг за другом)

4. По арене скачет конь,

Рыжий гребень, как огонь.

Гордо гривой машет он,

Настоящий чемпион.

(подскоки, бег друг за другом)

Представленья завершаем,

Поиграть всех приглашаем:

Надо быстро замирать,

И немного помолчать;

Мы же вас должны узнать

И героя угадать.

(дети прыгают, бегают, а потом по сигналу «Замри» замирают в позе любого циркового артиста)

**Вос-ль:** Здорово поиграли, а нам пора двигаться дальше. Следующая станция  
«Спортивная».

### **Эстафеты.**

- 1. Кто быстрее добежит.** (дети оббегают стойку и возвращаются к своим командам)
- 2. Кенгуру.** (прыжки до стойки, с зажатым между ног мячом, обратно бегом)
- 3. Преодолей тоннель.** (пролезть в тоннель, обратно бегом)
- 4. Ловкость рук.** (пронести мяч на ракетке для настольного тенниса)

**Вос-ль:** - Молодцы, ребята! Вы очень ловкие, быстрые и дружные. Предлагаю устроить привал.

### **Игра с нестандартным оборудованием (парашют) «Карусели»**

**Вос-ль:** - Хорошо мы поиграли, но ещё не отдохали. Предлагаю полежать, будем тело расслаблять.

### **Релаксация + Музыкотерапия**

**Вос-ль:** Отдохнули? Теперь в путь. Следующая станция «Угадай-ка»

На загадки отвечайте, а отгадки изображайте.

1. Кто любит по ветвям носиться? Конечно рыжая..... (белка)
2. В малине понимает толк, хозяин леса страшный..... (медведь)
3. В чаще голову задрал, воеет с голоду..... (волк)
4. На заборе поутру кукарекал..... (петух)
5. С пальмы вниз, на пальму снова, ловко прыгает..... (обезьяна)
6. Сено хоботом берёт, толстокожий..... (слон)

**Вос-ль:** Какие вы внимательные, молодцы! Предлагаю восстановить дыхание и двигаться дальше.

### **Дыхательная гимнастика «Ветерок»**

**Вос-ль:** - А у нас ещё одна станция впереди «Игровая»

### **Музыкально-ритмическая игра**

### **«Ёлочки-Пенёчки»**

**Вос-ль:** Ребята, наше увлекательное путешествие подошло к концу. И нам пора возвращаться в группу.