**Сценарий спортивного соревнования для педагогов**

**«Будь здоров, педагог!»**

**Е.В. Охонько, инструктор по физическому развитию**

**МБДОУ д/с №19 «Золотая рыбка» . 2016г.**

**ХОД СОРЕВНОВАНИЙ**

Под спортивный марш две команды участников соревнований заходят в спортивный зал и становятся напротив друг друга.
**Ведущий:**
Дорогие педагоги! Сегодня у нас в детском саду необычное событие - не педсовет, не совещание, и даже не утренник, а настоящее спортивное соревнование среди педагогов!
Все мы прекрасно знаем насколько важно здоровье для любого человека, от нашего здоровья зависит настроение, качество работы с детьми, а здоровье тесно связано с физкультурой и вообще активным образом жизни.
И, именно поэтому, хочу попросить поприветствовать наших здоровых, смелых, ловких педагогов-участников спортивного соревнования « Будь здоров, педагог!».
И, конечно, поприветствуем наше жюри в составе: …………

Неважно, кто сегодня станет победителем. Главное – чтобы все мы почувствовали атмосферу праздника. Атмосферу сердечности и доброжелательности, взаимного уважения и понимания. Пусть дружба объединит Вас!

**Представление команд:**сегодня в наших соревнованиях принимают участие команда «Оба-на», капитан команды:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Капитан команды: наш девиз:

«Мы – девчата хоть куда,

Мы девчата – «Оба-на»!

Хоть ты лопни,

Хоть ты тресни,

Оба-на на первом месте!»

**Ведущий:**И команда «Стрелки», капитан команды:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Капитан команды: наш девиз:

 «Мы – девчата боевые,

Все красивы и стройны,

Всё умеем делать дружно,

Стрелки победить должны!»

**Ведущий:** Наша первая разминка – разминка для дыхания. Мы с вами исполним песню спортивных воспитателей.

Нам нынче весело, весело, весело

Мы воспитатели, а значит,

Можем делать всё,

Мы пробежимся раз и два

Под крики громкие «Ура! »

И пусть не очень заболит у нас спина

На старт мы выходим,

Костюмы с кедами старыми

в чулане мы найдём

И в нашем спортзале

Команды дружные мы соберём.

**Припев:**

Пускай нам завтра трудно будет очень

Пускай!

Но ты победу никому не уступай.

Играть будем честно!

Мы не сдадимся, нет,

Ты так и знай!

**Ведущий:** после такой хорошей разминки переходим к программе соревнований.

Но для начала оглашаем правила сегодняшних состязаний:

• Бежать только в указанном направлении — шаг вправо, шаг влево считается попыткой к бегству.

• Передвигаться только на тех конечностях, на которых разрешают правила.

• Соблюдать олимпийский девиз "Быстрее, выше, сильнее! ", означающий: быстрее ветра не бегать, выше крыши не прыгать, сильнее соперника жюри не осуждать.

• Использовать спортивный инвентарь строго по назначению — гирями более 16 кг в соперников не кидаться.

• Соревноваться в истинно спортивном духе во славу спорта и во имя чести своей команды.

**Ведущий:**
Многие спортивные соревнования строятся на основе эстафет.
Эстафета- это совокупность командных дисциплин, в которых участники один за другим проходят этапы, передавая друг другу очередь перемещаться по дистанции. В легкой атлетике - эстафета передаётся с помощью эстафетной палочки, в лыжных видах - касанием руки.
Задача эстафеты - ПЕРВЫМ добраться до финиша!
*ОШИБКИ, КОТОРЫЕ СОВЕРШАЮТСЯ В ЭСТАФЕТАХ:
- потеря эстафетной палочки
- передача вне «коридора»
- препятствие соперникам в передаче.*
Итак, вы готовы к соревнованиям?
Первое задание для наших спортивных команд.
1. Эстафета «Мяч водящему».

Участники выстраиваются друг за другом на расстоянии вытянутой руки. Впереди капитан. У него в руках мяч. По сигналу капитан передает мяч над головой стоящему сзади, тот следующему и так до конца. Игрок, стоящий в конце, получив мяч, передаёт его между ног в обратном направлении.

2. Эстафета «Вам слабо».

У первого участника под мышками 2 мяча и 1 мяч зажат коленями. По команде судьи участник с тремя мячами должен проскакать до отметки, обогнуть ее, вернуться обратно и за линией старта передать мячи следующему участнику и т.д.

Ошибки: в случае падения мяча, движение продолжать с места падения.

3. Эстафета «Слалом на самокате».

Один участник на самокате продвигается вперед, обегая стойки "змейкой" до отметки, обегает ее и возвращаются обратно по прямой, передавая самокат за линией финиша следующему участнику и т. д.

Конкурс 4 «Викторина».

По 1 очку за правильный ответ.

Вопросы:

1. Назовите средства закаливания. (Солнце, воздух, вода.)

2. Приведите пример общих закаливающих процедур. (Душ, купание, загорание.)

3. В каком возрасте можно начинать закаливание? (С рождения.)

4. Его присутствия не замечаешь, а если потерял, не купишь ни за какие деньги. (Здоровье)

5. Что милей всего на свете? (Сон)

6. Массовое заболевание людей. (Эпидемия)

7. Рациональное распределение времени. (Режим)

8. Тренировка организма холодом. (Закаливание)

9. Наука о чистоте. (Гигиена)

10. Мельчайший организм, переносящий инфекцию. (Микроб) .

5. Ритмическая эстафета с палками

Команды выстраиваются в колонны перед линией старта. У первых игроков команд в руках гимнастические палки. По сигналу руководителя игроки бегут с ними к стойке, обегают ее и возвращаются к своим колоннам. Держа палку за один конец, они проносят ее вдоль колонны под ногами играющих, которые, не сходя с места, перепрыгивают через нее. Оказавшись в конце колонны, игрок передает палку партнеру, стоящему перед ним, тот следующему, и так до тех пор, пока палка не дойдет до игрока, возглавляющего колонну. Он бежит с палкой вперед, повторяя задание. Игра заканчивается, когда дистанцию пробегут все игроки.

6. Эстафета «Сиамские близнецы».

Два участника встают друг к другу спиной и крепко сцепляются руками. Бегут они боком. Спины игроков должны быть плотно прижаты друг к другу.

7. Эстафета «Умные олимпийцы».
Слова из 10 букв - **АКРОБАТИКА, ГИМНАСТИКА**, для команд предлагается полоса препятствий - поочерёдное продевание обруча 2 шт., затем участник берёт
любую из перевёрнутых букв из обруча, бежит в конец зала и встаёт, за ним следующий и делает то же самое, в конце эстафеты команда должна показать получившееся слово.

Конкурс 8 «Заморочки из мешочка».

Ведущий предлагает достать из мешочка предмет и ответьте: «Какой вид оздоровления он отражает». За правильный ответ 1 очко.

1) фасоль – сухой бассейн

2) подушечка с травой – фитотерапия

3) диск – музыкотерапия

4) апельсин – ароматерапия

5) мыльные пузыри - игры на дыхание

6) кисти – арт-терапия

7) перчатка – пальчиковая гимнастика

8) цветок – цветотерапия.

9. Эстафета «Марафон».

При помощи обыкновенной спринцовки необходимо провести теннисный шарик по всей дистанции "марафона", стараясь быстрее добраться до финиша.

10. Эстафета «Спортивная ходьба».

Ноги ни на одну секунду не должны отрываться от земли, и ступать надо всей ступней. Делая каждый шаг, необходимо пятку одной ноги вплотную приставлять к носку другой, т.е. продвигаться на длину подошвы.

Конкурс 11 «Зашифрованное слово»

Участвуют по 1 человеку от команды, цель - кто быстрее: русское слово или выражение написано на латинице, надо расшифровать написанное с помощью компьютерной клавиатуры.

Слово жюри.

Члены жюри отмечают победителей, награждают

Ведущий:

Спортивный праздник завершен,

Итог спортивный подведен!

Он доказал, что мы друзья

Со спортом дружная семья!

И пусть спортивные деньки

Дадут здоровые ростки!

И до свиданья, в добрый час,

Но ждем еще мы в гости Вас!