**Конспект спортивного праздника посвященного**

**Всемирному Дню здоровья для педагогов ДОУ.**

***«Я здоровье сберегу – сам себе я помогу!»***

Составили и провели: инструктор по физической культуре Кузнецова Л. В.

инструктор по физической культуре Дразкова Е. В.

Цель:

1.Приобщение сотрудников к ценностям здорового образа жизни.

2.Сплочение коллектива.

Задачи:

1.Способствовать созданию благополучного психологического микроклимата.

2.Совершенствовать навыки группового сотрудничества.

3.Способствовать реализации творческих способностей.

Предварительная работа: Подбор музыкального сопровождения, украшение спортивного зала.

Оборудование: гимнастические палки, ориентиры, мячи, обручи, пирамиды, стойки, воздушные шары.

**Ход Праздника.**

На спортивную площадку

Приглашаем всех сейчас,

Праздник спорта и здоровья

Начинается у нас.

 Внимание, внимание! У нас спортивный праздник! Дорогие зрители, вы станете свидетелями интересных соревнований между педагогами детского сада «Рябинка»

**Инструктор.**

В путь дорогу собираемся

За здоровьем отправляемся.

*Воспитатели перестраиваются в колонну.*

Под песню «Дорогою добра» выполняют: ходьбу в колонне на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, боком приставным шагом, подскоки, бег «змейкой», ходьба. Построение в колонну.

**Инструктор**:

Будь здоров! Не болей!

Это просьба всех людей!

«Здравствуй» стоит лишь сказать,

И не надо объяснять.

Быть здоровыми хотим!

И об этом говорим.

Внимание! Начинаются спортивные соревнования с участием лучших спортсменов. Вы будете свидетелями и участниками своеобразных игр. Мы начинаем! На старт! Внимание!

*Играет спортивный марш, под звуки которого проходит парад всех спортсменов. Спортивный комментатор перечисляет спортсменов, которые выходят. Команды проходят круг почёта.*

*Педагоги, подходят к корзине, берут жетоны, по которым распределяются на две команды.*

Выполняют под музыку ритмическую гимнастику под музыку

**«Эй, лежебоки!»**

**Инструктор**: Команд у нас две и сразу первый конкурс.

**1 конкурс: «Придумай название и девиз команды»**

Участникам игры нужно придумать название и девиз команды в соответствие темы.

Выступление заведующей детского сада с пожеланием всем здоровья и спортивных побед.

Звучит спортивный марш. Аплодисменты.

Желаем успехов всем участникам соревнований.

А начнём мы с разминки.

Разминка с гимнастическими палками под музыкальное сопровождение.

**Инструктор**: но собрались мы не только для того, чтобы посоревноваться в силе, ловкости, смекалке и выносливости, а самое главное, чтобы подружиться друг с другом и получить заряд хорошего настроения.

Эстафета № 2 «Весёлые ладошки» (на стене весит обруч)

**Вот заданье потрудней,**

**Помудрей и посложней**

**Эстафета № 3«Ровная осанка**» (пары стоят спиной друг к другу, между ними гимнаст. Палка, которую держат пары нужно обежать стойки змейкой, не бросая рук)

**Эстафета № 4 «Мяч путешественник**» (1 бежит с большим мячом кладет его возле ориентира в обруч возвращается, передает эстафету 2 бежит и забирает мяч)

**Эстафета – 5 «Переправа»** (на расстоянии 3м. стоят два участника держа в руках веревку, один из них стоит в центре обручей, по количеству команды. Первый член команды подбегает к участнику, который стоит в обручах, и поднимает обруч через него и проводит по веревке и одевает обруч на другого участника. Первые участники, достигшие цели возвращаются бегом к своей колонн, передают эстафету. Следующие участники выполняют те же действия).

**Конкурс «Интеллектуальный»**  
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 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. Жидкость, переносящая в организме кислород. (Кровь)  
10. Наука о чистоте. (Гигиена)  
11. Мельчайший организм, переносящий инфекцию. (Микроб).  
12. Этот русский полководец в детстве был очень слабым ребёнком, но он прекрасно закалил себя. Лучшим способом закалки он считал русскую баню. Там он выдерживал ужасный жар на полке, после чего на него выливали 10 вёдер холодной воды. (Суворов)

**Эстафета – 6 « Пингвины»** (мяч зажат между ног)

**Эстафета -7 «Быстрый Мяч**» (2 команды стоят лицом друг к другу, передача меча в строю, чья команда быстрее передаст все мячи)

**Эстафета -8 «Лопни шар»** (на ноге привязан шар нужно лопнуть шар соперника)

**Подвижная игра: «Ворота**» (выбирают 3 ловов все разбегаются, ловы ловят если лов поймал, пойманный становится в позу ворот, игрока можно выручить пролезть под ворота)

**Подвижная игра: «Мяч через сетку».**

**Подвижная игра: «Третий лишний».**

**Подвижная игра: «Выбивной».**

Все прошли мы испытания,  
Завершились состязания!   
Досуг спортивный 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!