

Муниципальное бюджетное дошкольное общеобразовательное  
учреждение детский сад «Звездочка».

Спортивное мероприятие для воспитателей ДОУ  
**«Весёлые старты»**  
**10.03.2022г**

**Подготовила:**  
**Синельникова Екатерина Ивановна**  
**Инструктор по ФИЗО**

п. Прутской 2022г

**Цели:**

1. Создать радостную, бодрую атмосферу.
2. Предоставить сотрудникам возможность активного отдыха.
3. Учить получать радость не только от побед, но и от участия в соревнованиях.

**Оборудование:** мешки для прыжков 2шт, мяч 2шт, корзины 2шт, набивные мячи 16 шт, скакалки 2 шт,

**Ведущие:** инструктор по физической культуре.

**Воспитатель:** Здравствуйте, дорогие друзья! Нам очень приятно видеть всех Вас сегодня в нашем зале! Мы начинаем самую веселую из всех спортивных и самую спортивную из всех веселых игр – «**Весёлые старты**»!

И наш зал превращается в **весёлый стадион**!

Участники соревнований будут состязаться в силе, ловкости, смекалке, быстроте!

**Инструктор:** Если хочешь стать умелым,

Сильным, ловким, смелым,

Научись любить скакалки,

Обручи и палки.

Никогда не унывай,

В цель мячами попадай.

Вот здоровья в чем секрет-

Всем друзьям – ФИЗКУЛЬТ - ПРИВЕТ!

**Воспитатель:** А судить наши соревнования будет самое строгое, но справедливое жюри (*Представление жюри*).

Сулимова А.В

Белоусова А.Д

**Инструктор:**

Пусть жюри весь ход сраженья

Без промашки проследит.

Кто окажется дружнее

Тот того и победит.

**Инструктор:** Сегодня в соревнованиях принимают участие 2 команды

**Инструктор:** Предлагаем командам представить себя.

Команда: «кока-кола» и команда «Незабудки»

**Воспитатель:** А теперь переходим к эстафетам

А мы вспомним пословицы о здоровье. Я буду начинать первую часть пословицы, а вы заканчивайте.

Береги платье снова, (а здоровье смолоду).

Не ложись сытым, (встанешь здоровым).

Зелень на столе, (здоровье на сто лет).

Лакомств 1000, (а здоровье одно).

Здоровым будешь, (все добудешь).

В здоровом теле (здоровый дух).

Береги (здоровье смолоду).

Здоровым (быть здорово).

Здоровье (дороже денег).

Сейчас мы посмотрим , какие вы ловкие и след эстафета

Команды прошу занять свои места

**1. «Ловкость рук»**

Командам выдается по мячу.

Задача: прокатывание мяча змейкой между ног доходим таким способом до конуса, и обратно.

**Ведущий:** Молодцы! А теперь проверим ваше взаимодействие друг с другом.

## **2. Эстафета «волшебная палочка»**

Участники получают по эстафетной палочке, по сигналу бегут до конуса и обратно.

## **3. Эстафета. «прыжки в мешках»**

Участники получают по мешку, по сигналу прыгают в мешках до конуса и обратно.

## **4. ИНТЕЛЕКТУАЛЬНАЯ РАЗМИНКА.**

Команды по очереди отвечают на вопросы:

1. Как называют любителей купания зимой в ледяной воде? (*моржами*)
2. Что означает в переводе с латинского слово "витамин"? (*жизнь*)
3. Что опаснее: ожог паром или ожог кипятком? (*t пара 374°C, кипятка – 100°C.*)
4. Какой овощ имеет два названия? (*томат и помидор*)
5. О чем предупреждает Минздрав? (*курение опасно для вашего здоровья*)
6. Когда руки становятся местоимениями? (*когда они вы-мы-ты*)
7. Кто придумал доктора Пилюлькина? (*Н. Носов*)
8. Как называется река, на берегах которой жили пациенты доктора Айболита? (*Лимпопо*)

## **5. Эстафета «бег на скакалках»**

Участник получают по скакалки, по сигналу бегут до конуса и обратно.

**Ведущий:** Молодцы! А теперь проверим ваше взаимодействие друг с другом.

## **7. Эстафета «Снайпер»**

Возле каждой команды – корзины с мешочками. Каждый участник по очереди берет мешочек, преодолевает полосу препятствия и бросает мешочек в корзину, которую держит капитан, расс. 3метра. (полоса препятствия: перепрыгнуть через стойку, добежать до скамейки, встать на нее и бросить мешочек в корзину). Назад перепрыгнуть стойку, передать эстафету следующему.

## **8. УПРАЖНЕНИЕ «кто дольше простоят планку».**

Жюри: Подводит итог. Награждение.

Инструктор: Вот и закончился наш праздник. Все участники команд показали свою ловкость, силу, быстроту, смекалку и находчивость. А главное – получили заряд бодрости и массу положительных эмоций!

Инструктор: Мы рождены, чтоб жить на свете долго!

Играть и петь, смеяться и любить!

Но, чтобы стали все мечты возможны,

Должны свое здоровье мы хранить