

# *Спортивный праздник* *«SPORT-TAME»*

## **Цели и задачи:**

1. Укрепление здоровья педагогов.
2. Развитие у педагогов интереса к физической культуре, понимание значения спорта в жизни человека.
3. Воспитание любви к физической культуре и спорту, чувства дружбы, интерес к совместному проведению досуга.
4. Пропаганда здорового образа жизни.

**Оформление зала:** лозунги-плакаты: “Хочешь быть сильным – бегай!”, “Хочешь быть красивым – бегай!”, “Хочешь быть умным – бегай!”, “Спорт – это здоровье”, “Спорт – это успех”, “Спорт – это дружба”, “Спорт – сильнее всех”, “Нет большей победы, чем победа над собой”, «Наше здоровье – в наших руках».

**Ведущий :** - Здравствуйте, дорогие преподаватели и уважаемые гости.

**Ведущий :** - Мы рады приветствовать вас на нашем спортивном празднике “Sport- tame”.

**Ведущий:** - Для того чтобы сохранить хорошую форму и не болеть, нужно заниматься спортом, физическими упражнениями и закаляться.

## **Ведущий :**

- Заниматься физкультурой полезно,  
веселой физкультурой – вдвойне.  
Ведь каждая минута занятий спортом  
продлевает жизнь человека на один час,  
а веселые соревнования – на два часа!

## **Ведущий :**

- Дорогие гости !  
Позвольте открыть наш  
спортивно-оздоровительный праздник  
“ Sport- tame ”.

## **Ведущий :**

- А теперь я хочу спросить у вас...  
Таких, что с физкультурой  
Не дружат никогда,  
Не прыгают, не бегают,  
А только спят всегда,  
Не любят лыжи и коньки  
И на футбол их не зови.  
Раскройте нам секрет –  
Таких здесь с нами нет? (гости хором отвечают: “Нет”)  
Кто с работой дружен –  
Нам сегодня нужен? (“Нужен”)

Кто со спортом дружен –  
Нам сегодня нужен? (“Нужен”)  
Таким хвала и честь.  
Такие среди нас есть? (“Есть”)

Спорт, нам, очень нужен,  
Мы со спортом - крепко дружим!  
Всем известно, всем понятно,  
Что здоровым быть приятно!

Только надо знать, как здоровым стать.  
В мире нет рецепта лучше:  
Будь со спортом не разлучен.  
Проживешь сто лет-  
Вот и весь секрет!

Зарядка всем полезна,  
Зарядка всем нужна,  
От лени и болезней  
Спасает нас она.

Я хочу, друзья, признаться,  
Что люблю я по утрам  
Физзарядкой заниматься,  
Что советую и вам.

Всем зарядку делать надо,  
Много пользы от нее.  
А здоровье – вот награда  
За усердие твое.

- На площадку по порядку  
Становись скорее в ряд!  
На зарядку, на зарядку  
Приглашаю я Вас!

### **С гостями проводится разминка “Физкультура”.**

Что такое физкультура?

Тренировка и игра.

Что такое физкультура?

“Физ” и “куль” и “ту” и “ра”.

Руки вверх, руки вниз.

Это “физ”.

Крутим шею словно руль.

Это “куль”.

Ловко прыгай в высоту.

Это “ту”.

Бегай полчаса с утра.  
Это “ра”.  
Занимаясь этим делом,  
будешь сильным, ловким, смелым.  
Плюс хорошая фигура.  
Вот что значит физкультура!

**Ведущий:** Вы размялись хорошо –  
Праздник веселей пошел,  
Ждут вас новые задания  
Непростые испытанья.

**Ведущий:** Эй, команды смелые,  
Дружные, умелые  
На площадку выходите,  
Силу, ловкость покажите.

**Ведущий :** - Встречаем наши команды!

**Ведущий :** Командам приготовиться к приветствию!

Капитан 1 команды:      Наша команда: «\_\_\_\_\_»!  
Наш девиз:

***«Чтоб расти и закаляться  
Будем спортом заниматься!»***

Капитан 2 команды:      Наша команда: «\_\_\_\_\_»!  
Наш девиз:

***«Используй ловкость и настрой  
Победа будет за тобой!»***

**Ведущий 1:** - Оценивать ваши успехи будет жюри.

(Представление жюри) 1. \_\_\_\_\_  
2. \_\_\_\_\_

Если хочешь стать умелым,  
Сильным, ловким, смелым  
Научись любить скакалки  
Обручи и палки,  
В цель мячами попадай  
Вот здоровья в чем секрет-  
Всем друзьям - «ФИЗКУЛЬТ-ПРИВЕТ»

### **1. Эстафета «РАЗМИНКА»**

«Разминка» - в руке у участника эстафетная палочка, бежит до стойки.  
Оббегает её и возвращается обратно передавая эстафету следующему игроку  
и т.д.

### **2. Эстафета «КЕНГУРУ».**

“Кенгуру” - зажав между ногами (выше колен) мяч, двигаться прыжками вперёд до ориентира и обратно. Вернувшись, передать эстафету следующему игроку. Если мяч упал на пол, его нужно подобрать, вернуться на то место, где мяч выпал, зажать ногами и только тогда продолжить эстафету.

(Побеждает команда, первой закончившая эстафету.)

### **3. Эстафета «ЗОЛУШКА».**

“Золушка” - на противоположном конце площадки лежит обруч. Первым игрокам вручают по корзинке с мячами. По сигналу участники бегут раскладывают все мячики в обруч. и пустую корзинку передают вторым номерам. Вторые номера бегут, собирают мячики в корзину и передают корзину следующему игроку и т.д., пока не соберут все мячики.

**Ведущий:** Все мы любим физкультуру,  
Любим бегать и скакать.  
Умываться тоже любим,  
Любим песни петь и танцевать  
Сейчас для вас выступят первоклашки  
Со спортивным танцем

### **4. Эстафета «БАСКЕТБОЛИСТЫ».**

Ведение мяча до стойки обратно бегом

### **5. Эстафета «ДИКИЕ БЫКИ».**

Прыжки на больших мячах на скорость

### **6. Эстафета «БАДМИНТОН».**

Ракеткой довести воздушный шарик до стойки и обратно. Передовая эстафете следующему игроку и т.д.

### **7. Эстафета «Конкурс капитанов»**

Прыжки через скакалку кто дольше пропрыгает.

**Ведущий 2:** - Наши конкурсы на выносливость завершились. Пока жюри решает, кто же из наших команд победил, проверим вашу сообразительность.

### **Доскажи пословицу.**

- Здоровье нам всем необходимо. Недаром народ придумал об этом много пословиц, поговорок. А знаете ли вы их?

В здоровом теле – здоровый ... (дух)

Курить – здоровью ... (вредить)

Быстрого и ловкого болезнь не ... (догонит)

До свадьбы ... (заживёт)

Здоровья не ... (купишь)

Все знают что спорт развивает ловкость и меткость и следующий конкурс для болельщиков который мы назвали «ГАЗЕТОН»

**Ведущий :** Для подведения итогов праздника командам построиться.

*(Команды строятся в центре спортивного зала)*

**Ведущий :**

Для подведения итогов слово предоставляется жюри.  
( *объявляются итоги в командном зачете спортивного праздника,  
проводится награждение*)

**Ведущий :** Отдохнули мы на славу  
Победили все по праву  
Похвал достойны и награды  
И мы медали вручить вам рады!

Медали за смелость и упорство  
Самый ловкий и быстрый

**Ведущий :** - Поздравляем команды! Желаем им быть сильными, ловкими и быстрыми.

**Ведущий :**

Всем спасибо за внимание

За задор и звонкий смех.

За огонь соревнования

Обеспечивший успех.

Провели мы состязания

И желаем на прощание

Всем здоровье укреплять

Мышцы крепче накачать

Всем гостям желаем

Не стареть и не болеть

Больше спортом заниматься

И в работе преуспеть

**Успехов всем удачи. Крепкого здоровья и отличного настроения!!!**