День здоровья "Весёлые старты"

Провели: воспитатели Коновалова В.В, Амренова М.А.

Цель:

• укрепление мышечного корсета, формирование правильной осанки, развитие координации движений

Задачи:

• расширить знания о **спортивных** эстафетах как части **спортивных игр**

• сплотить детский коллектив

• приучить детей к соблюдению правил, умению слышать взрослого

Ход мероприятия:

Здравствуйте, дорогие друзья! Сегодня команды самых ловких, сообразительных и умных ребят докажут в что они достойны звания "Чемпионы!".

Ребята, сегодня будут соревноваться по очереди. Кто выполняет задание правильно, тому хлопаем.

Ведущий: А чтобы приступить к нашим соревнованиям, нужно нам сделать разминку:

На болоте две подружки, *(умываются сначала правой рукой, затем левой)*

Две зелёные лягушки

Утром рано умывались,

Полотенцем растирались. *(растирают спинку)*

Ножками топали, *(топают)*

Ручками хлопали. *(хлопают)*

Вправо-влево наклонялись, *(наклоняются)*

И обратно возвращались.

Вот здоровья в чём секрет.

Всем друзьям — физкульт привет! *(руки вверх)*



Ведущий: Молодцы ребята, теперь можно начинать наши соревнования!

**Эстафеты**:

1. *«Брось мяч»*

Ребята, по очереди, бросают мяч в корзину и возвращаются обратно. Побеждают те, кто выполнит задание быстрее.



2. *«Передай мяч над головой»*. Передавать мяч над головой в своей колонне, последний ребёнок высоко поднимает мяч над головой.



3. *«Пройди сквозь обруч»*.

Первый участник команды бежит, проходит сквозь обруч и возвращается, затем бежит следующий игрок. Эстафета продолжается до тех пор, пока каждый участник не пройдет эту эстафету.

Ведущий: А теперь я предлагаю ребятам отдохнуть.

*Отгадайте загадки:*

Ясным утром вдоль дороги

На траве блестит роса.

По дороге едут ноги

И бегут два колеса.

У загадки есть ответ.

Это мой… *(велосипед)*.

Не обижен, а надут.

Его по полю ведут.

А ударят – нипочем

Не угнаться за …. *(мячом)*.

Ведущий: Молодцы, ребята. Продолжаем наши эстафеты!

4. *«Попади в обруч»*

Каждый участник команды подбегает к обручу и должен бросить мешочек в обруч и попасть в него.



5. *«Собери мячи в корзину»*

"Почемучки"собирают маленькие мячики в желтую корзину. а "Звёздочки" - в синию корзину.

6. *«Большая эстафета»*. Каждый участник из двух команд бежит по сигналу ведущего перепрыгивает кочки. добегает до обруча, пролезает через него, затем возвращается за следующим игроком и так до тех пор, пока вся команда не пробежит друг за другом и не вернется на место.

Ведущий:

Молодцы у нас команды,

Сильные, умелые,

Дружные, веселые,

Быстрые и смелые!

Ведущий:

Прошу команды, построится.

Сейчас мы слово взрослым предоставим,

И кто же самый сильный мы узнаем!

Ведущий:

Ну, вот и выявили, что победила у нас дружба.

**Спортсменам – новых побед**.

А всем – наш **спортивный привет**!

**"Здоровье в порядке, спасибо зарядке"**