**День здоровья**

**Игры-эстафеты**

**для детей подготовительной к школе группы**

**Место проведение:** музыкальный зал.

**Задачи:**

- создать у детей радостное настроение, воспитывать чувство коллективизма («один за всех и все за одного»);

- развивать у детей выносливость, мышечную силу и ловкость.

**Оборудование:** гимнастические палки по кол-ву детей, 2 куба, 8 шт. гимнастических обручей, 8 шт. конусов, 2 резиновых мяча, малые мячи по кол-ву детей.

**Ход развлечения**

Дети под музыку входят в зал.

**Инструктор:** Здравствуйте! Я рада приветствовать вас, ребята, участники соревнований и болельщиков. Сегодня мы собрались на физкультурное развлечение «Игры-эстафеты!», чтобы посоревноваться в ловкости, смелости, силе. Итак, я представляю вам участников нашего праздника. Поприветствуем их: «Физкульт – ура – ура - ура».

Судить наши соревнования будут…

Главный судья произносит клятву: «Клянёмся судить соревнования честно и справедливо!»

**Инструктор:** ну, что ребята начнем, наши соревнования?

**Дети:** да!

**Инструктор:** тогда на разминку становись.

Ритмическая гимнастика с гимнастическими палками под музыку.

**Эстафеты**

1. Бег с теннисной ракеткой и мячом. Участник бежит до куба и обратно, ведя мяч ракеткой, стараясь, чтобы он не упал.

2. Бег с преодолением препятствий, подлезание под дуги.

3. Бег «змейкой» с мячом в руках между четырьмя положенными на пол обручами, обогнуть куб и вернуться тем же способом назад. Мяч передаётся следующему участнику эстафеты.

4. Прыжки на фитбольных мячах между четырьмя положенными на пол конусами, обогнуть куб и вернуться тем же способом назад. Мяч передаётся следующему участнику эстафеты.

5. Прыжки на двух ногах, мяч зажат между ног, обогнуть куб и вернуться тем же способом. Мяч передаётся следующему участнику эстафеты.

6. В четырёх лежащих на полу обручах поставлено по одной кегле, 1-ый участник эстафеты бежит рукой кладёт кегли на пол, обегает куб и возвращается, ставя кегли.

7. «Самый меткий». Члены каждой команды поочерёдно выполняют бросок мяча в корзину на расстоянии 2 м. Выигрывает команда забросившая большее кол-во мячей.

8. «Кто быстрее». Участвуют капитаны команд. Натягивают верёвку, участники становятся с двух сторон, по сигналу скручивают веревку кто быстрее.

**Инструктор:** слово предоставляется жюри для подведения итогов встречи. Награждаются все участники команд.

Главный судья говорит, что выиграли все, т.к. сор-ия помогли детям подружиться со спортом.

В конце развлечения дети танцуют-дискотека.