**«День здоровья-7 апреля»**

веселые старты для детей старших и подготовительных групп.

**Задачи:**

\* создать праздничное настроение;
\* приобщать к занятиям физкультурой и спортом;
\* развивать морально – волевые качества: быстроту, силу, ловкость, выносливость, умение взаимодействовать друг с другом, оказание взаимопомощи, поддержки в группе в решении основных задач в достижении общей цели;
\* воспитывать у детей положительных эмоций от мероприятия.

**Оборудование и инвентарь:** 4 обруча, 2 мяча, 2 мяча -хопа, 2 пары сапогов, 2 стульчика, угощение для детей.

**Ход развлечения:**

Ведущий:

Встали дети утром на ноги, видят – над землею радуга,

Солнечному свету каждый из нас рад,

В мир вбегают дети, словно на парад.

***Под марш дети входят в зал и строятся в 4 колонны.***

Ведущий:

Нынче праздник, важный день,

Встретить нам его не лень!

Дети, а какой сегодня праздник?

Верно! День здоровья!!! Это один из самых замечательных дней в году, когда все люди показывают, как они дружат с физкультурой и спортом. Ведь от того, насколько часто вы занимаетесь спортом, зависит, каким будет ваше здоровье. И сегодня мы покажем друг другу, как мы любим спорт и любим заниматься.

***Исполняется песня «Хорошо спортсменом быть»***

 *( композитор В.И. Мурадели, стихи А. Жарова.)*

Ведущий:

-Ребята с чего начинается наш день в детском саду? Конечно же с зарядки!

Все вздохнули глубоко! приготовились к зарядке!

Ноги ставим широко, будет все у нас в порядке.

***Ритмическая гимнастика «Если хочешь быть здоровым».***

*Перестроение в 2 колонны.*

Ведущий:

- Сегодня мы наш праздник проведем в виде эстафет. У нас будут соревноваться 2 команды: «Здоровячки» и «Крепыши». За каждую победу в эстафете команды будут получать флажок, в конце эстафет мы их посчитаем и определим команду победителя! Команды готовы?

***1 эстафета « Игольное ушко»***

Вдоль линии эстафеты на земле лежат 2 обруча. Стартуя, первый должен добежать до первого обруча, поднять его и продеть через себя. Затем со следующим обручем также. И так на обратном пути**.**

***2 Эстафета «Передал - садись»***

Играющие делятся на несколько команд, по 7-8 человек в каждой и строятся за общей линией старта в колонну по одному. Впереди каждой колонны лицом к ней на расстоянии 5 - 6 м становятся капитаны. Капитаны получают по волейбольному мячу. По сигналу каждый капитан передает мяч первому игроку своей колонны. Поймав мяч, этот игрок возвращает его капитану и приседает. Капитан бросает мяч второму, затем третьему и последующим игрокам. Каждый из них, вернув мяч капитану, приседает. Получив мяч от последнего игрока своей колонны, капитан поднимает его вверх.

***3 эстафета «Сиамские близнецы»***

Два участника встают друг к другу спиной и крепко сцепляются руками. Бегут они боком. Спины игроков должны быть плотно прижаты друг к другу.

***4 эстафета "Кузнечики”***

Прыгают на мяче-хопе до поворотной отметки и обратно. У линии старта передают эстафету следующему.

***5 эстафета «Кот в сапогах»***

Для проведения эстафеты потребуются сапоги очень большого размера. Сапоги устанавливаются на линии старта. Первый участник должен быстро надеть их и так же быстро обежать поворотный флажок и отдать сапоги следующему участнику.

***6 эстафета «Репка»***Участвуют две команды по 6 детей. Это - дед, бабка, Жучка, внучка, кошка и мышка. У противоположной стены зала 2 стульчика. На каждом стульчике сидит репка - ребенок в шапочке с изображением репки.
Игру начинает дед. По сигналу он бежит к репке, обегает ее и возвращается, за него цепляется (берет его за талию) бабка, и они продолжают бег вдвоем, вновь огибают репку и бегут назад, затем к ним присоединяется внучка и т. д. В конце игры за мышку цепляется репка. Выигрывает та команда, которая быстре вытянула репку.

***Подведение итогов, награждение команд грамотами и угощениями.***

Дети под музыку уходят из зала.