**Весёлые старты**

**Цель:**

1.Пропагандировать здоровый образ жизни.

2. Воспитывать чувства коллективизма, товарищества, взаимовыручки, «здорового духа соперничества».

**Оборудование:** мячи, шарики, кегли, эстафетные палочки, одежда, эскиз градусника.

**Ход мероприятия**

На спортивную площадку приглашаю вас сейчас

Праздник спорта и здоровья начинается у нас

Спорт, ребята, очень нужен,  
Мы со спортом очень дружим.  
 Спорт – помощник! Спорт – здоровье!

Спорт – игра! Физкульт – ура!

**1 конкурс«Бег с эстафетными палочками за буквой».**

Дети с эстафетными палочками бегут до финиша, захватывают одну букву и возвращаются к команде, передают следующему игроку эстафетную палочку, а букву кладут обратной стороной. По окончанию эстафеты складывают слово “Смелые”. (Девиз: Светить всегда, светить везде и помогать друзьям в беде). “Умелые”. (Девиз: Ни шагу назад, ни шагу на месте, а только вперёд и только вместе).

Кто первый сложил слово, рассказал девиз, тот победил.

**2 конкурс «Уборка урожая»**

На полу 3 кружочка. По сигналу первый «садит» из ведёрка горох, затем, обогнув стул, вернуться, передать ведро следующему. Второй игрок собирает горох. Кто быстрее?

**3 конкурс «Собираемся друга в школу»**

Выбираете игрока, которого вы должны собрать в школу. Каждый игрок бежит к финишу, берёт только одну вещь, возвращается обратно, Бежит следующий. В это время остальные игроки помогают надеть принесённую вещь на игрока. Когда все вещи одеты, выбранный игрок бежит до финиша и обратно. (Вещи: туфли, 2 варежки, шарф, шапка, зонт, портфель). Кто вперёд?

**4 конкурс «Полёт Бабы - Яги»**

Одной ногой встать в ведро (коробку), другую ногу поставить на землю. Одной рукой держать ведро (коробку), адругой – метлу. В таком положении нужно пройти всю дистанцию и передать «ступу» и «метлу» следующему. Кто вперёд?

**5 конкурс «Бег с шариком»**  
 Пробежать с шариком, лежащим в ложке и не уронить. Кто самый аккуратный, быстрый?

**6 конкурс«Доктор Айболит»**.

Каждому участнику надо раздать градусники. Градусники заменят кегли, их мы складываем в корзину. По сигналу "Айболит" бежит до отметки, достает кегли по одной и ставит их всем участникам (как градусники) под мышку.

**7 конкурс «Это я»**

Если согласные, говорите хором: «Это я, это я, это все мои друзья!»  
Если не согласны – молчите.  
\*Кто из вас всегда готов жизнь прожить без докторов? - Это я, это я, это все мои друзья.  
\*Кто же хочет быть здоровым, бодрым, стройным и веселым? - Это я, это я, это все мои друзья.  
\*Кто из вас не ходит хмурый, любит спорт и физкультуру? - Это я, это я, это все мои друзья.  
\*Кто поел и чистит зубки ежедневно дважды в сутки? - Это я, это я , это все мои друзья.  
\*Кто из вас, из малышей, ходит грязный до ушей?

\*Кто, согласно распорядку выполняет физзарядку? - Это я, это я , это все мои друзья.

**8 конкурс «Помоги капитану»**

Капитан с мячом на контрольной метке стоит перед командой. Команда стоит перед капитаном в колонне по одному. Капитан кидает мяч игрокам команды по очереди. Каждый игрок после приёма мяча, возвращает мяч капитану и приседает. После передачи мяча последним игроком, команда встаёт. Кто первый?

**9 конкурс «Большой спорт»**

Сначала ведём и ударяем мяч об землю, а обратно ведём ногой, обходя по пути препятствия.

**10 конкурс «Метание мяча»**  
 Метание мяча в ведро. Кто самый меткий, победит.

**11 конкурс «Бег в мешках»**

Вся команда должна пробежать до отметки и назад. Кто вперёд закончит бег.

**12 конкурс «Бег с мячом змейкой»**

Каждый член команды должен пробежать змейкой между расставленными кеглями с мячом в руках, на финише ударить мячом об пол и поймать его, добежать до следующего игрока и передать ему мяч броском от отметки.

**13 конкурс** «Бег с двумя мячами»

Первый бежит с двумя мячами до первого обруча, кладет в обруч один мяч, бежит до второго обруча, кладет в обруч второй мяч, обегает обруч, возвращается назад, передает эстафету второму. Второй бежит, собирает мячи, обегает последний обруч, возвращается назад, передает мячи следующему и т.д.

**14 конкурс**«Хоккей с мячом»

У первого в руках гимнастическая палка на полу лежит баскетбольный мяч, по сигналу, игрок начинает катить мяч палкой огибает обруч, прикатывает мяч назад и передает эстафету следующему и т.д.

**15 конкурс**«Сороконожка»

Две команды в колонну по одному принимают положение приседа и берут за пояс впереди стоящего, По сигналу дети в приседе проходят дистанцию до флажка и обратно (не разрывая цепи).

**16 конкурс**«Насорил – убери»

Первый игрок бежит до флажка высыпает из корзины предметы, бежит обратно и передаёт корзину следующему участнику. Второй бежит до флажка, подбирает предметы и передаёт третьему и т. д.

**Учитель:**подведём итог нашего мероприятияи узнаем, чья команда сегодня стала самой лучшей, самой быстрой, самой внимательной, самой дружной и спортивной. Называет победителя.

Провели мы состязанья

Я желаю на прощанье

Всем здоровье укреплять

Мышцы крепче накачать.

Всем ребятам я желаю

Не стареть и не болеть

Больше спортом заниматься

И в учёбе не краснеть!