Добрый день ребята!

Сегодня праздник 1 мая, так давайте проведем его с хорошим настроением.

Для начала проведем разминку и отгадаем загадки!

1.Любого ударишь –

Он злится и плачет.

А этого стукнешь –

От радости скачет!

(мяч)

2.его кручу рукой,

И на шеи и ногой,

И на талии кручу,

И ронять я не хочу.

(обруч)

3.Гладко, душисто, моет чисто

Нужно, чтоб у каждого было

Что, ребята? *(мыло)*

4.Целых 25 зубков

Для кудрей и хохолков

И под каждым под зубком

Лягут волосы рядком. *(расчёска)*

5.Вафельное, полосатое,

Гладкое, лохматое,

Всегда по рукою,

Что это такое? *(полотенце)*

6.Волосистою головкой

В рот она влезает ловко

И считает зубы нам

По утрам. *(зубная щётка)*

7.Только ей судья кивнёт

По бревну скакать начнёт!

С длинной ленточкой попляшет

С брусьев ножками помашет

А потом попьёт воды

И ждёт оценок за труды. *(гимнастка)*

8.Есть лужайка в нашей школе

А на ней козлы и кони

Кувыркаемся мы тут

Ровно 45 минут

В школе кони и лужайка,

Что за чудо угадай-ка? *(спортзал)*

9.Двухметровая детина

Мяч к мячу, за ним второй

Ведь корзина – то с дырой! *(баскетбол)*

10.10 плюс один кого- то

Мяч хотят загнать в ворота

А 11 других

Не пустить стремятся их. *(футбол)*

11.Зелёный луг,

100 скамеек лишь вокруг,

От ворот до ворот

Бойко бегает народ

На воротах этих

Рыбацкие сети. *(стадион)*

12.Лёд вокруг прозрачный, плоский

Две железные полоски

А над ними кто-то пляшет

Прыгает, руками машет. *(фигурист)*

13. Кто по снегу быстро мчится

Провалиться не боится? *(лыжник)*

14.Он несётся будто к звёздам,

К финишу. Вот это да

Голову он поднял: воздух,-

Опустил: уже вода. *(пловец)*

Молодцы ребята знаете спортивные загадки.  
А хотите сами побывать участниками спортивной эстафеты? (да)  
Тогда в путь и пусть Вам повезет в соревнованиях.  
  
 **Участники делятся на равные команды.**  
Две команды выстраиваются на линии старта в колонну друг за другом.  
  
**«Разминка».**  
Добежать до конуса, оббежать его и вернуться обратно. Передать эстафету хлопком по ладони следующего участника.

**«Цепочка».**  
Первый добегает, возвращается обратно, берет второго. Бегут вдвоем, оббегают, возвращаются, берут третьего. И так, пока не соберется вся цепочка из команды.

**«Не урони мяч»**  
Команда делится на две группы. Все участники команды, стоят лицом друг к другу. Первая пара участников, удерживают большой мяч одной рукой. По сигналу бегут до конуса, обегают его и меняют руки затем возвращаются к своей команде передают мяч следующим игрокам.  
Выигрывает команда, первой закончившая эстафету.

**«Эстафета с палочкой»**

Самая простая игра – это бег с эстафетной палочкой. Участники каждой из команд выстраиваются в линейку, и первый начинает бег с палочкой. Пробежав определенный участок, он возвращается и передает палочку следующему и так до последнего члена команды.