

Спортивное осеннее развлечение (старшая группа)

Цель: формировать у детей начальные представления о здоровом образе жизни.

Задачи:

- совершенствовать двигательные умения и навыки посредством игр, эстафет;
- развивать ловкость, выносливость, быстроту реакции;
- способствовать развитию положительных эмоций, чувства взаимопомощи, дружбы, сопереживания.
- закреплять знания детей о временах года, о труде людей осенью, о фруктах и овощах.
- воспитывать у детей чувство коллективизма, умение сопереживать.

Оборудование: 2 осенних листа, вырезанных из картона, ориентиры, 2 зонта, 8 обручей, музыкальный центр.

Ход мероприятия:

Под музыку дети проходят в зал. Распределяются в рассыпную парами по залу.

Ведущий:

Если стали дни короче,
Холодны, с морозцем, ночи,
Дождь по лужам моросит,
Ива над рекой грустит,
Лист с деревьев облетает,
Птичий клин на небе тает,
Под сосной заснул медведь,
Птицы перестали петть...
Что же это? Это осень.
«Не спеши, ее мы просим. -
Дай еще нам теплых дней
Для забав, для игр, затей!»

Ведущий: Ребята, скажите, о каком времени года я сейчас прочитала стихотворение?

Дети: Об осени.

Ведущий: Правильно! Наступила осень, дни стали короче. Одеваться нужно теплее и, конечно, закаляться! В физкультурном зале мы с вами занимаемся физкультурой, ходим на занятия и на свежем воздухе, закаляемся, здоровеем! И сегодня мы собрались не просто так. Я приглашаю вас на веселые старты. А, если за окном осень, значит старты у нас какие?

Дети: Осенние!

Ведущий: Верно! Давайте, разомнем наши пальчики и сделаем пальчиковую гимнастику. Нанем.

Ведущий:

Пальчиковая гимнастика «Осень»:

Осень, осень, - трем ладошки друг о друга
Приходи! – по очереди сжимаем кулачки
Осень, осень, - трем ладошки друг о друга
Погляди! – положить ладошки на щеки
Листья желтые кружатся, - движение ладонями сверху вниз
Тихо на землю ложатся. – поглаживаем колени
Солнце нас уже не греет, - по очереди сжимаем кулачки
Ветер дует все сильнее, - разводим одновременно ручки в разные стороны
К югу полетели птицы, - скрестить ручки и пошевелить пальчиками
Дождик к нам в окно стучится. – стучим пальчиками по ладошкам
Шапки, куртки надеваем – делаем вид
И ботинки обувает – постучать ногами

Отдельно проговорим:

Знаем месяцы: - похлопать ладошками по коленкам

Сентябрь, и Октябрь, и Ноябрь. - кулак, ребро, ладонь.
Ведущий: Молодцы!

Под музыку входит Обжора.

Ведущий: Здравствуйте, а вы кто и зачем к нам пожаловали?

Обжора ест пирожок и говорит:

Обжора:Здрасьте! А меня зовут Сашка Лентяйкина, а я иду и вижу зал спортивный, ниикогда там не был, потому что физкультуру нее люблю! Вот еще, силы на нее тратить и какие-то упражнения делать, тьфу...лееень. Я пока по лестнице поднимался, тааак устал... Лучше б лифт тут сделали!

Ведущий: Вот поэтому у тебя и сил нет, потому что ты спортом не занимаешься. А у нас ребята быстрые и сильные и никакие препятствия им не страшны, ребята, скажите, почему мы такие выносливые и энергичные?

Дети: Потому что, мы занимаемся физкультурой и делаем упражнения!

Ведущий:А давайте, дружно прокричим нашу спортивную речевку?

Все вместе: Спорт ребятам очень нужен,

Мы со спортом крепко дружим

Мы хотим сильнее стать,

Мышцы будем укреплять!

Обжора: Ой, какие спортивные, погляди-ка!

Под музыку входит Спорттик со штангой (из гимнастических палок и двух фитболов)

Спорттик обращается к ребятам.

Спорттик: Здравствуйте, здравствуйте всем! Меня зовут Спорттик! Я обожаю это место! Это же мой любимый спортивный зал! Вы тут, что физкультурой занимаетесь?

Дети: Да!

Ведущий: У нас сегодня здесь осенние эстафеты.

Спорттик: А, можно и мне с вами! У меня вот даже штанга своя есть!

Дети: Да!

Обжора: Ой, какой спортсмен...

Спорттик: Да, меня Спорттик зовут! А ты пойдем с нами весело прыгать и играть!

Обжора: А, я вот пирожки люблю кушать, а ваши упражнения делать не хочу, только посмотреть... (садится на скамейку)

Ведущий: Ну, смотри, тебе сейчас так понравится, что ты тоже к нам захочешь присоединиться!

Ведущий: А, сейчас для того, чтобы нам начать соревнование нужно провести разминку.

Музыкальная разминка «Прыгнем повыше, хлопнем в ладоши»

Обжора слышит музыку и в конце тоже присоединяется к ребятам.

Обжора: Ухты, я даже спать перехотела, это так бодрит! Возьмете меня тоже к себе?

Ведущий обращается к детям.

Ведущий: Ну то, научим Обжору делать еще упражнения?

Дети: ДА!

Ведущий: Ну, вот, теперь-то мы точно готовы начать состязание, правда, ребята? Вы готовы?

Внимание! Командам-участникам прошу построиться в колонны у ориентиров.

Ведущий: Итак, я объявляю первый конкурс под названием «Донеси осенний лист»

1 эстафета «Донеси осенний лист»

Игроки делятся на две команды, которые строятся параллельно одна к другой. Первым игрокам кладут на ладонь по осеннему листу, и они должны быстро дойти до ориентира. Во время игры лист должен лежать на ладони сам по себе - его ни как нельзя придерживать. Если лист вдруг упадет на землю, его нужно поднять, положить на ладонь и продолжить свой путь. Добежав до своей команды, игрок должен быстро переложить лист на правую ладонь следующего участника, и т. д. Побеждает команда, которая быстрее справилась с заданием.

Ведущий: Молодцы, ребята, вы отлично справились!

Отгадайте загадку, она подскажет нам, какой же будет следующая эстафета.

Если дождик моросит
И асфальт дождем залит,
Ты с собой его берешь
И на улицу идешь,
Ты под ним всегда сухой,
В непогоду он с тобой. (ЗОНТ)
И я объявляю следующее состязание «Спрячься под зонтиком»

2 эстафета «Спрячься под зонтиком»

Первый участник ведет второго под зонтом до ориентира, передает ему зонт, сам остается на месте; второй участник возвращается с зонтом к команде, ведет следующего участника до ориентира под зонтом и передает ему зонт и т. д., пока все участники не перейдут на противоположную сторону. Побеждает та команда, которая первой всех переправит.

Ведущий: Молодцы, ребята! Никто не промок. Все справились с заданием. Дождь прошел, появились лужи. Нам необходимо пройти по дорожке, не намочив ножки.

3 эстафета «Сухие ножки — идут по - дорожке»

Участники эстафеты должны перейти «большую лужу» при помощи обручей, не разу не наступив на лужу. Игроки двигаются вперед, в один

обруч встают двумя ногами, одновременно передвигая предыдущий обруч руками вперёд и переходя в него повторяют движение. Обрато возвращаются бегом, передавая обручи следующему игроку.

Ведущий: А, с этим заданием справятся только самые быстрые и ловкие ребята!

4 эстафета «Гуси готовятся к перелету»

По сигналу первые в колоннах идут к финишу в приседе («гусиным шагом»), обратно бегут, имитируя руками движения крыльев птиц, затем передают эстафету следующим, касаясь их плеча.

Ведущий: Ребята, вы такие молодцы! Справились со всеми заданиями. И напоследок, я предлагаю поиграть в подвижную игру «Мы веселые ребята»

Подвижная игра «Мы веселые ребята»

Ведущий: Сегодня проигравших нет! Сегодня каждый из вас одержал маленькую победу! Маленькую, но убедительную победу над самим собой. А ещё получили заряд бодрости и массу положительных эмоций.

Все команды награждаются грамотами и сладким призом.