Спортивное мероприятие в старшей группе
«Осенний марафон здоровья»

Цели: Создать радостное настроение детям от участия в празднике.
Задачи: 1. Развивать ловкость, глазомер, силу, выносливость, гибкость.
2. Упражнять в прыжках через предметы.
3. Продолжать упражнять в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.
4. Формировать представление о здоровом образе жизни. Прививать любовь к физическим упражнениям.
5. Воспитывать волю, желание заниматься спортом.

Воспитатель: Здравствуйте, ребята! Для того чтобы сохранить хорошую форму и не болеть, нужно заниматься спортом, физическими упражнениями и закаляться.

Заниматься физкультурой полезно, веселой физкультурой – вдвойне. Ведь каждая минута занятий спортом продлевает жизнь человека на один час, а веселые соревнования – на два часа!

- А теперь я хочу спросить у вас…

Таких, что с физкультурой
Не дружат никогда,
Не прыгают, не бегают,
А только спят всегда,
Не любят лыжи и коньки И на футбол их не зови.
Раскройте нам секрет
– Таких здесь с нами нет? (Дети хором отвечают: “Нет”)
Кто с работой дружен
– Нам сегодня нужен? (“Нужен”)
Кто с учёбой дружен
Нам сегодня нужен? (“Нужен”)
Кто со спортом дружен
– Нам сегодня нужен? (“Нужен”)
Таким ребятам хвала и честь.
Такие ребята средь нас есть? (“Есть”)
Тогда позвольте наш праздник «Осенний марафон здоровья»
объявить открытым.

Воспитатель:- Я желаем всем участникам победы!
Внимание! Внимание! Начинаем соревнование!

Эстафета. «Урожай».

Воспитатель:- Ребята, а какое сейчас время года? (ответ детей «Осень»)
Конечно, осень красивая пора, да славится она щедрыми дарами!
Предлагаю и вам собрать урожай!

Эстафета «Передай тыкву»

Пробежать змейкой между кеглей, в руках держать маленькую тыкву, обежать указатель вернуться в своё звено и передать мяч следующему игроку.

Эстафета «Перепрыгни через лужу»

Воспитатель:- А какая погода на улице осенью? Правильно, часто идут дожди. И мы будем перепрыгивать через лужи. Напротив каждой команды - «лужи». Надо перепрыгивая через лужи добраться до конуса – ориентира, обежать его, вернуться обратно и передать эстафету следующему игроку.

Эстафета «Спортивные загадки»

Воспитатель:- А теперь ребятки пришло время отгадать спортивные загадки.

Болеть мне некогда, друзья,
В футбол, хоккей играю я.
И очень я собою горд,
Что дарит мне здоровье (Спорт)

То вприпрыжку, то вприсядку
Дети делают (Зарядку)

Как солдата нет без пушки,
Хоккеиста нет без (Клюшки)

И мальчишки, и девчонки
Очень любят нас зимой,
Режут лёд узором тонким,
Не хотят идти домой.
Мы изящны и легки,
Мы – фигурные (Коньки)

Ясным утром вдоль дороги
На траве блестит роса,
По дороге едут ноги
И бегут два колеса.
У загадки есть ответ
– Это мой (Велосипед)

Вот полозья, спинка, планки
– А всё вместе это – (Санки)

Кинешь в речку – не тонет,
Бьёшь о стенку – не стонет.
Будешь оземь кидать
– Станет кверху летать (Мяч)

Я его кручу рукой,
И на шеи и ногой,
И на талии кручу,
И ронять я не хочу. (Обруч)

Эстафета Листики

Воспитатель: Наступила осень, и с деревьев стали опадать листики. бежать от старта до финиша, собирая по пути следования, красные одна команда и желтые листики другая команда, складывая их в корзину.

Эстафета «Ловкачи»

Игрокам по очереди выполнить подлезание под стойкой, затем перешагнуть через стоку, вернуться по прямой.

Эстафета «Осенний гардероб»

Надев на голову шапочку, а на шею шарфик пробежать от старта до финиша. От финиша назад, передав шарф и шапку следующему.

Эстафета «Собери яблоки»

Дети по очереди бегут по финиша, берут один мяч в ведро и возвращаются обратно, передают другому ведро с мячами.

Воспитатель:- Вот и подошел к концу наш осенний марафон здоровья.
Награждаем самых смелых, ловких медалями
за успехи в спорте.