**Физкультурное развлечение "Осенний марафон"**

**Тема.**Осенний марафон.

**Цель.**Пропаганда здорового образа жизни

**Задачи:**

Оздоровительные:

• совершенствовать выносливость и силу детей.

Воспитательные:

• воспитывать теплый нравственный климат между детьми.

Образовательные:

• развивать силу, ловкость, быстроту реакции, ориентировку в пространстве.

**Интеграция содержания образовательных областей:**

Здоровье: формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Коммуникация: развитие свободного общения с детьми и взрослыми.

Безопасность: обеспечение сохранения и укрепления физического и психического здоровья детей.

Социализация: развитие социальных чувств, эмоциональная отзывчивость, доброжелательность.

Музыка: развитие музыкально-ритмической деятельности.

**Основной вид деятельности**: физическое развитие.

**Форма:** спортивно-игровая.

**Предполагаемый результат интегративных качеств у воспитанников:**

Физически развитый: проявляют интерес, активность в выполнении физических упражнений.

Овладевший средствами общения и способами взаимодействия со взрослыми и сверстниками: действуют согласованно, выражают живой интерес к общему результату.

Эмоционально-отзывчивый: правильно понимают эмоциональное состояние других людей.

Любознательный, активный: самостоятельно действуют в игровой деятельности.

Способный управлять своим поведением: проявляет терпение, настойчивость, способность сдерживаться.

**Предварительная работа:** составление конспекта, разработка эстафет, подбор загадок по теме, изготовление медалей.

**Оборудование:** аудиозапись «Звуки леса», ориентиры для эстафеты, осенние листья по 2 на каждого участника, каштаны – 4 шт., шишки сосновые – 2 шт., силуэты грибов по количеству участников, корзинки – 2 шт., зонты – 2 шт.

**Инструктор по ФК:** Здравствуйте, друзья! Вот и наступила золотая осень. Сегодня мы с вами совершим путешествие, где нас ждут весёлые соревнования. Для того, чтобы узнать куда же мы отправляемся, отгадайте-ка загадку:

Он со всех сторон открыт,

Он резною крышей крыт.

Заходи в зелёный дом –

Красоту увидишь в нём. (Лес)

– Правильно. Давайте представим, что мы отправляемся в лес!

*Разминка под музыку.*

Мы сейчас в поход выходим,

По тропинке в парк заходим.

Руки за спину кладём

По тропиночке идём. (Ходьба на носочках)

Выше ноги поднимай,

На траву не наступай. (Ходьба с высоким подниманием колен)

А сейчас прыжки по кочкам.

Очень тихо на носочках. (Прыжки на двух ногах)

Постояли тут немножко,

Повернулись кругом

И пустились бегом. (Лёгкий бег)

Снова все в колонну встали,

И знакомою тропой

Все шагайте вслед за мной. (Ходьба. Дыхательные упражнения)

**Инструктор по ФК:** Вот, друзья, мы и пришли в лес. Закройте глаза и прислушайтесь. Что вы слышите? (Ответы детей). А теперь отгадайте следующую загадку:

Падают с ветки золотые монетки. *(Осенние листья).*

Эстафета «Собери осенний букет».

Команды строятся в колонну по одному за общей линией старта. Перед командами на расстоянии 6–8 м. в обруче лежат осенние листья по два на каждого участника. По сигналу первый участник бежит к обручу, берет два листочка, возвращается бегом обратно, становится в колонну последним и поднимает листья над головой. Выигрывает та команда, которая собрала все листья быстрей.

**Инструктор по ФК:** Следующая загадка:

Осенью на ветке подрастают детки.  
Без рук, без ножек, каждый как зелёный ёжик. *(Каштан)*

Эстафета «Передай каштаны».

Перед командой до ориентира расставлены кегли (3 шт.), на небольшом расстоянии друг от друга. У первого игрока команды в руках 2 каштана. По сигналу первый игрок команды бежит змейкой между кеглями, оббегает ориентир, возвращается бегом и передает  каштаны следующему игроку, затем становится в колонну последним.

**Инструктор по ФК:** Вот ещё загадка для ребяток:

На сосне семян кубышка. Что же это? *(Шишка).*

Эстафета «Не урони шишку».

Дети принимают исходное положение – стойка ноги врозь. Перед первым участником лежит сосновая шишка. По сигналу он быстро берёт и передаёт шишку между коленями следующему участнику, а тот – далее по цепочке. Последний игрок, получив шишку, передаёт её вперёд, но уже над головами.

**Инструктор по ФК:** Посложней загадка:

И на горке, и под горкой,

Под берёзой, и под ёлкой,

Хороводом в ряд в шапках молодцы стоят. *(Грибы)*

Эстафета «Кто быстрее соберёт грибы».

У первого игрока команды в руках корзинка. По сигналу первый игрок команды бежит до ориентира, где в обруче лежат силуэты грибов, кладёт один силуэт гриба в корзину, возвращается и передает корзинку следующему игроку. Второй игрок команды бежит и кладёт второй гриб в корзинку, оббегает ориентир, возвращается и передает корзинку следующему игроку.

**Инструктор по ФК:** Слушайте внимательно.

Кто со мною в дождик вышел, для того я вроде крыши. (Зонтик).

Эстафета «С другом под зонтом».

Команды строятся в колонны по два. Первая пара держат открытый зонтик. По сигналу первые участники поднимают его и прыжками через «лужи» передвигаются к ориентиру. От ориентира бегут и передают зонтик следующей паре. Пара, выполнившая задание, с разных сторон обходит свою команду и встаёт в конец колонны. Эстафета заканчивается, когда участники последней пары отдадут зонтик начинавшим эстафету.

*Подведение итогов соревнования.  Вручение медалей.*

**Инструктор по ФК:** Друзья, мы ещё не раз посетим этот прекрасный парк! А вы пригласите своих родителей погулять, подышать свежим воздухом, собрать осенний букет.