**Конспект занятия «Марафон осени»**

**Пояснительная записка:** Спортивное развлечение «Марафон осени» разработано для детей старшего школьного возраста, которое способствует повышению уровня физической подготовленности и привлечению школьников к регулярным занятиям физической культурой.

**«Марафон осени»**

**Цель**: Всестороннее физическое развитие.

**Задачи:** Развивать физические качества. Воспитывать дружелюбие, уважительность, спортивный характер, чувство коллективизма. Закреплять правила и двигательные умения в конкурсах и эстафетах.

Состав команды в количестве 8 человек (4 мальчика, 4 девочки).

**Предварительная организационная работа.**

Установка аппаратуры и оформление места проведения (спортивного зала) спортивного развлечения. Подготовка эмблем команд, разучивание названия и девиза команды. Подбор музыкальных фонограмм для музыкального сопровождения мероприятия.

Материалы и оборудование: 2 конуса, 16 колец, 16 картофелин, 2 скамейки, 16 грибов, 2 капусты, 2 корзины, много маленьких мячей, секундомер.

**Ход развлечения.**

**Здравствуйте** ребята и дорогие гости! Сегодня  две команды примут участие в спортивном развлечении «Марафон осени». Итак, встречайте участников наших соревнований.

Представление команд: капитаны выходят вперед и приветствуют друг друга (название команды, девиз).

**Ведущий:**

Кто жюрить вас честно будет,

Кто вам сделает подсчет?

Кому выделит награды

И кому за что почет? (ведущий представляет членов жюри).

**Ведущий:** Перед началом наших соревнований предлагаю познакомиться с «необычными» правилами и пронести клятву:

1. Бежать только в указанном направлении – шаг влево, шаг вправо считается попыткой к бегству. Клянетесь? (ответ детей - клянемся).

2. Использовать спортивный инвентарь строго по назначению. Клянетесь?

3. Громче болельщиков не кричать. Клянетесь?

4. Быстрее ветра не бегать, выше крыши не прыгать.

Ну, а теперь серьёзно. Ребята, чтобы правильно выполнить задания, надо знать правила соревнований. Итак:

- внимательно слушать предложенное задание, если что-то непонятно, обязательно переспросить;

- не начинать выполнять задание, пока участник не передаст эстафету следующему;

- участник, выполнивший задание и передавший эстафету следующему, встает в конец своей команды;

- выполнять задания правильно и быстро.

Вы принимаете эти правила? Ответ детей.

**Ведущий:** Итак, теперь вы готовы принять участие в спортивном развлечении. Ребята, а вы знаете, что осенью заканчивалась пора сбора урожая, и крестьяне позволяли себе отдохнуть после нескольких месяцев тяжелого труда. Сегодня мы с вами тоже повеселимся, проведем осенние соревнования, вы покажете свою силу, ловкость и выносливость, а мы посмотрим насколько вы сплоченные, дружные и веселые ребята.

**Эстафета «Посади и собери урожай» (в четыре этапа):**

**1 этап** «Вскопать грядку». Напротив каждой команды конус. У каждого участника команды в руках кольцо. По команде «На старт, внимание, марш!» первые участники бегут к конусу и кладут свое кольцо перед конусом, обегают конус, возвращаются и передают эстафету следующим участникам. Следующий участник бежит в направлении конуса и кладет свое кольцо перед кольцом, которое положил первый участник, обегает конус, возвращается и передает эстафету следующему участнику. И так до тех пор, пока каждый участник не выложит дорожку (грядку) из колец.

**2 Этап** «Посадить картофель». У каждого участника команды в руках картофелина. По команде «На старт, внимание, марш!» первые участники бегут в направлении, выложенных колец (грядки), и кладут картофелину в свое кольцо, обегают конус, возвращаются и передают эстафету следующему участнику.

Отгадайте загадки. За каждую загадку команда получает по 1му очку.

1) Тучи нагоняет, воет, задувает.  
 По свету рыщет, поет да свищет.  
 (ветер)

2) Без пути и без дороги  
 Ходит самый длинноногий,  
 В тучах прячется,  
 Во мгле,  
 Только ноги на земле.  
 (дождь)

3) Растут — зеленеют,  
 Упадут — пожелтеют,  
 Полежат — почернеют.  
 (листья)

4) Дни стали короче,  
 Длинней стали ночи,  
 Урожай собирают,  
 Когда это бывает?  
 (осенью)

5) Пареньку почти семь лет.

За плечами ранец.

А в руках большой букет,

На щеках румянец.

Что за праздничная дата?

Отвечайте-ка, ребята!

(1 сентября, День знаний)

6) Ветки в парке шелестят,

Сбрасывают свой наряд.

Он у дуба и березки

Разноцветный, яркий, броский.

(Листопад)

7) Осенью он часто нужен -

Если лупит дождь по лужам,

Если небо в черных тучах,

Он для нас помощник лучший.

Над собой его раскрой

И навес себе устрой!

(Зонтик)

8) В сентябре и в октябре

Их так много во дворе!

Дождь прошел - оставил их,

Средних, маленьких, больших.

(Лужи)

9) Лето кончилось,   
 Пора снова в школу, детвора,   
 К атласам и букварям.   
 Что за месяц в гости к нам?

(Сентябрь)

10) Все мрачней лицом природа:   
 Почернели огороды, оголяются леса,   
 Молкнут птичьи голоса,   
 Мишка в спячку завалился.   
 Что за месяц к нам явился?

(Октябрь)

11) Осень по календарю,   
 Но уже стучит вовсю   
 В двери строгая зима,   
 Сыплет снегом на поля.

(Ноябрь)

12. красна девица росла в темнице (морковь);

13. дождлива, да сытна (осень);

14. крупно, дробно зачастил и всю землю напоил (дождь);

15. голова на ножке, в голове горошки (горох).

16. И красив он, и велик. Этот гриб – (боровик).

Молодцы ребята все загадки отгадали.

**3 этап** «Сбор картофеля». По команде «На старт, внимание, марш!» первые участники бегут в направлении колец с картофелем, берут из кольца картофель, обегают конус, возвращаются и передают эстафету следующему участнику.

**4 этап** «Закопать грядки». По команде «На старт, внимание, марш!» первые участники бегут в направлении колец, поднимают кольцо, обегают конус, возвращаются и передают эстафету следующему участнику.

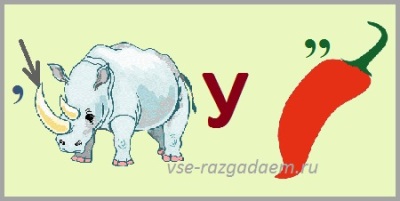
**Ведущий:** Молодцы ребята. Очень хорошо справились с заданием и посадили, и собрали урожай.

Продолжаем наше спортивное развлечение.

А сейчас каждой команде будут выданы ребусы, которые вы должны будете отгадать, кто первый скажет правильный ответ тот и выиграл.

****огород

****укроп

****огурец

**Ведущий:**  В древние времена осень называли «припасиха». Как вы думаете почему? Правильно, потому что осенью мы собираем урожай овощей, фруктов и даров леса. И благодаря этим припасам люди, животные и птицы могут не голодая пережить суровую зиму, но если только не поленились потрудиться и весной и летом. Вот и вы тоже будете собирать дары осени.

**Ведущий:** А сейчас ребята вам предстоитпреодолеть узкую лесную тропинку.

**Эстафета «Узкая тропинка».** По команде «На старт, внимание, марш!» первые участники прыгают до конуса на правой ноге, обегая конус, возвращаются бегом. Передают эстафету следующему участнику и встают в конец своей команды.

**Ведущий:**

Узнаем, какая команда знает больше овощей. Каждая команда по очереди называет один овощ. Кто последний назовет - тот победил. Будьте внимательны, не повторяйтесь.

**Эстафета «Кто больше соберет».** Напротив каждой команды рассыпаны маленькие пластмассовые мячи в большом количестве. В конце каждой команды, с левой стороны стоят корзины. По команде «На старт, внимание, марш!», первые участники бегут по направлению к рассыпанным мячам, берут один и бегом возвращаются обратно. Передают эстафету следующему участнику команды, кладут мячик в корзину и встают в конец своей команды и т.д. Эстафета проходит на время - четыре минуты. По истечении времени эстафета останавливается для подсчета количества собранных мячей каждой командой.

**Ведущий:** Молодцы ребята и с этой эстафетой справились. А теперь конкурс для капитанов команд – «Кто дальше прыгнет».

**Конкурс капитанов:** Капитаны команд прыгают в длину с места, отталкиваясь от линии старта двумя ногами.

**Ведущий:** Вот и закончилось наше спортивное развлечение «Осенний марафон». Итоги соревнований.

Жюри оглашает итоги и награждает команды.