**«Весёлые осенние старты»**

**Цель:**

- формирование у учащихся потребности в здоровом образе жизни.

**Задачи:**

- совершенствовать двигательные умения и навыки детей,достижение физической красоты, силы, ловкости, выносливости;  
- учить справедливо и честно оценивать в игре свое поведение и поведение сверстников, проявлять дружескую взаимопомощь.

**Оборудование*:***2 пакета овощей по 5 шт. в каждом,  канат, 2 ведра, 2 обруча, 2 скакалки, 2 лыжные палки, 2 мешка, 2 целлофановых пакета, палочки.

**Предварительная подготовительная работа:**

1. Учащиеся делятся на 2 команды.   
2. Каждая команда придумывает название, девиз.

**Место проведения:** спортивная площадка.

**Ход занятия:**

***Организационный момент.***

На спортивную площадку

Приглашаю, дети, вас.

Праздник спорта и здоровья

Начинается сейчас.

***Актуализация знаний.***

**Учитель:**

- Добрый день, дорогие мои ученики! Традиционно осенью у нас проходит спортивный праздник весёлые осенние старты, чтобы вы, дети, росли здоровыми и крепкими, ловкими и сильными!

- Наша спортивная площадка превращается в весёлый стадион! У нас 2 команды! Вы будете состязаться в силе, ловкости, смекалке, быстроте! - - Сейчас необходимо капитанам представить свои команды: название и девиз.

***Систематизация знаний, умений и навыков.***

**1 эстафета. « Бег в мешках».**

Инвентарь:2 мешка

Необходимо пропрыгать до препятствия и обратно в мешке.

**2 эстафета. «Полоса препятствий».**

Инвентарь: 2 скакалки, 2 обруча

Проскакать на скакалке до обруча, затем прыгнуть 5 раз через обруч, скакать на скакалке обратно.

3 **эстафета. «Лесные дары».**

Инвентарь: 2 пакета для шишек

За одну минуту набрать полный пакет шишек, кто быстрее?

4 **эстафета.** «**Самый меткий».**

Инвентарь: 2 ведра

Каждый участник должен забросить в ведро по 2 шишки, у кого больше будет шишек в ведре, тот и победил.

**5 эстафета. «Весёлый хоккеист».**

Инвентарь: 2 лыжные палки, 2 мяча

Вместо клюшки у хоккеиста будет лыжная палка. Надо вести мяч до препятствия и обратно.

**6 эстафета. «Репка».**

Инвентарь: 2 ведра

В такой эстафете **участвуют 2 команды**, состоящие **из 6 человек**. Остальные дети временно становятся болельщиками. Каждая команда состоит из **деда, бабки, внучки, Жучки, кошки, мышки**. На определенном расстоянии размещаются 2 ведра. На них сидит «Репка».

По сигналу дед начинает игру. Он бежит к табурету с «Репкой». Оббегает его и возвращается к команде. К нему «паровозиком» цепляется бабка. Следующий круг они бегут вдвоем. Потом к ним присоединяется внучка. Так продолжается соревнование. Последней присоединяется мышка. Когда вся компания подбегает к «Репке», то она должна присоединиться к мышке и бежать всем к старту. Побеждает тот, кто первым вытащит «Репку».

**7 эстафета. «Огородники» .**

Инвентарь: 2 ведра, 2 комплекта овощей.

Каждой команде выдается ведерко. В нем находится 5 овощей: морковка, картошка, лук, чеснок, свёкла. Первый игрок «сажает» овощи (раскладывает их по дорожке) и возвращается с пустым ведром, передает его следующему. Второй участник должен «собрать урожай». Полное ведро он передает третьему игроку. Соревнование продолжается. Выигрывает та команда, которая завершит игру первой.

**9 эстафета. Игра «Тягач».**

Инвентарь: канат

Одна команда из них будет «Груз», а другая «Тягач». Перетягивание каната. Какая команда дружнее и сильнее?

***Подведение итога:***

**Учитель:**

- Дорогие ребята! Вот и закончились наши весёлые спортивные состязания. Теперь мы попросим уважаемое жюри подвести итоги и назвать победителей.

Команды награждаются грамотами и сладкими призами.

***Рефлексия***

Надеюсь, что сегодня встреча не прошла даром, и вы многое почерпнули из нее. Ведь если здоров будешь – всё добудешь! Главная ценность для человека – его здоровье. Вы согласны со мной?