Физкультурный досуга для детей 5-7 лет «Зимушка – зима»

Подготовил: инструктор по физической культуре МАДОУ «ДС № 449 «Олимпиец» г. Челябинска» Ворухайло О.Ю.

Дата проведения: декабрь, согласно плану физкультурно-оздоровительных мероприятий.

Место проведения: физкультурный зал.

Участники: дети старших, подготовительных групп.

Цель: создать радостное настроение, положительные эмоции от двигательной деятельности.

Задачи: закрепить знания о зимних видах спорта, зимних развлечениях, народных играх и приметах, развивать ловкость, быстроту, воспитывать дружелюбие.

Ход досуга.

Дети по спокойную музыку заходят в зал, располагаются произвольно.

Ведущий: Повела Зима над нами снеговыми рукавами

И рассыпала снежинки на поля и на леса.

Мы с горы кататься будем,

Мы в снежки сражаться будем,

И поэтому нам очень, очень нравится... Зима!!!

1-й конкурс. Спортивная викторина:

- 1. Как называется спортсмен, катающийся на коньках под музыку? (Фигурист).
- 2. Сколько команд играют в хоккей? (2).
- 3. Как называется спортивный снаряд, которым спортсмены играют клюшками? (Шайба).
- 4. Как называется акробатика на лыжах? (Фристайл).
- 5. Кто по снегу быстро мчится, провалиться не боится? (Лыжник).
- 6. Кто зимой рисует на окнах? (Мороз).
- **2 –й конкурс.** «**Разминка**», под музыку показ-имитация зимних видов спорта. (Фигурное катание, лыжные гонки, биатлон, хоккей.)

3 – й конкурс. «Быстрые лыжники».

Две команды располагаются в колоннах за линей старта. По сигналу первые надевают на ноги короткие лыжи, выполняют бег до фишки и обратно.

4 - й конкурс. «Снежный ком».

Катить мяч фитбол до фишки и обратно.

5- й конкурс. «Снежный завал».

Играющие располагаются в шеренгу, по бокам которой лежат обручи. В одном обруче находятся предметы по числу участников (мячи, кубики, палки и т. д.). Сидя боком друг к другу, по сигналу, нужно быстро передавать предметы из рук в руки по цепочке в другой обруч. Мячи прокатывать под ногами.

6 - й конкурс. «Оленьи упряжки».

Бег парами, один бежит в обруче, другой сзади держится за обруч.

7 – й конкурс. «Насорил – убери».

У первых участников в руках валенок. В валенке 3 снежка из мишуры.

Первый участник бежит до обруча, высыпает снежки в обруч, бежит обратно, передаёт валенок следующему.

8 – й конкурс. «Чей валенок дальше?».

Участники каждой команды выходят парами к линии. Бросают валенок как можно дальше, кто бросил валенок дальше, приносит очко команде.

Подведение итогов, награждение участников.