

«Встреча со Снежной королевой»

(физкультурный досуг для детей
старшей и подготовительной группы)

Цель:

- закрепить навыки выполнения спортивных упражнений (бег, ходьба, прыжки);
- в игровой форме развивать основные физические качества: силу, ловкость, быстроту, выносливость, координацию движений;
- вызывать у детей положительный эмоциональный настрой;
- воспитывать взаимовыручку в команде, уважительное отношение к соперникам по играм, чувство уверенности в себе, дисциплинированность.

Оборудование:

- кегли;
- обручи по количеству детей;
- мячи по количеству детей;
- магнитофон;
- лыжи (15 пар).

Место проведения:

Спортивный зал

Ход праздника:

Инструктор по физической культуре приходит к детям в группу:

-Здравствуйте, ребята!

Снежная Королева захватила наш спортивный зал и хочет все там заморозить. Пойдемте и убедим ее, что без зала и спортивного инвентаря нам очень сложно будет поддерживать здоровый образ жизни.

(дети соглашаются)

Инструктор с детьми входят в зал и видят Снежную Королеву, вежливо здороваются с ней.

Снежная Королева:

-Здравствуйте, дети! После того как Кай и Герда покинули меня, скучно мне стало в моем замке. Проезжая мимо ваших окон на своих санях, увидела, как у вас весело и решила поселиться здесь, вам зал не к чему.

Инструктор:

-как же не к чему, расскажите дети, для чего вы приходите в спортивный зал?

(ответы детей)

Снежная Королева:

-Хорошо, хорошо убедили! Зал я вам оставлю, а вот заморожу как я вот эти разноцветные штучки (*показывает на кегли*) и развешу их на деревьях возле моего замка.

Инструктор:

-Что Вы Ваше величество, это кегли, они детям очень нужны. С ними, мы проводим очень активную разминку. (*один из детей, по просьбе инструктора, расставляет кегли*)

Дети начинают движение занаправляющим по кругу (*далее задания инструктора /муз. «Маша следопыт»/*)

-ходьба «змейкой» между кеглями с заданиями на руки;

-прыжки на правой ноге «змейкой» между кеглями;

-прыжки на левой ноге «змейкой» между кеглями ;

-бег «змейкой» между кеглями;

-спокойная ходьба, с восстановлением дыхания.

Снежная Королева:

-убедили, они вам нужны. Тогда, я превращу в льдинки вот эти круги (*показывает на обручи*) на них будут качаться мои пингвинчики, они то вам точно не нужны. И вам меня не переубедить.

Инструктор:

-А мы попробуем, правда, ребята? (*ответы детей*)

Дети берут обручи и проводится ОРУ с обручами/муз. «Пришла зима»/

Восстанавливаем дыхание одновременно дети идут по обручу сначала идут круг пальчиками, ступая на обруч, затем пяточками.

Снежная Королева:

-да это просто чудо обручи. Сколько пользы они приносят человеку. А вот эти шарики (*показывает на мячи*) точно бесполезные штучки!

Инструктор:

-что Вы, ваше высочество, сейчас все увидите.

(*дети разбирают мячи /муз. «Зимушка снежная»*)

-подкидываем и ловим мяч;

-отбиваем от пола разными способами;

-катаем носиком «листочка»;

Инструктор:

-а сколько игр и соревнований можно устроить с помощью мяча.

Перестраиваемся в два круга. Приглашаем Снежную Королеву стать капитаном одной из команд и повеселиться вместе с нами.

-передача мяча из рук в руки, чья команда быстрее;

-передать мяч над головой назад;

Снежная Королева:

-да очень спортивная вещица, этот мяч.

Инструктор:

-Снежная Королева, Вы еще не знаете как весело с помощью мяча можно играть, например народная игра «выбивало» (*играем /муз. «Три белых коня»*)

Снежная Королева:

-веселые вы ребята и спортивные, вы меня многому научили. Вернусь я в свой замок и уже не буду больше скучать, а буду заниматься спортом и играть.

У меня в карете, давно валяются бесполезные досочки, может, вы, и с помощью них придумаете какие-нибудь спортивные игры (*вносит лыжи*)

Инструктор:

-Снежная Королева, неужели ты не знаешь, что это?

Дети, расскажите, что это и для чего они нужны.

(*ответы детей*)

Снежная Королева:

-я с удовольствием подарю вам их, чтобы ваша прогулка была такой же полезной и веселой, как в вашем спортивном зале.

Мне пора, до свидания, друзья!

Дети приглашают присутствующих гостей, чтобы вместе поиграть в игру «Вьюга», изображая зимние виды спорта.