

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад №4 «Солнышко»

Физкультурный досуг на свежем воздухе
«На прогулку за здоровьем»
для детей подготовительной группы.

Воспитатели: Новоселова В.П.

Кузнецова В.С.

р.п Тонкино

2018г.

Цель: Предоставить детям возможность применить двигательные умения и навыки, приобретенные детьми на занятиях физкультурой. Приобщить детей к здоровому образу жизни;

Задачи:

- Развивать волевые качества, ловкость, быстроту реакции, координацию движений, внимание, настойчивость в достижении цели;
- Закреплять разные виды ходьбы, закаливать детей на свежем воздухе.
- Воспитывать интерес к зимним спортивным упражнениям, развивать ловкость и функцию равновесия, совершенствовать навыки метания в цель.

Участники:

Ведущие: Снеговик (взрослый), Снежинка, Лядинка (дети).

Дети.

Атрибуты: мячи малые по количеству детей, клюшки 6 шт., шайба, флаг, медали.шоколадные.

Ход праздника.

Дети выходят на площадку перед детским садом, становятся свободно.

На площадку выбегают персонажи – Лядинка и Снежинка (дети).

Снежинка: «Привет! Я – Снежинка».

Лядинка: «А я – Лядинка».

Снежинка: «Вам, ребята, наш привет и такое слово:

Спорт любите с детских лет – будете здоровы!»

Лядинка: «Начинаем зимний праздник,

Будут игры, будет смех,

И весёлые забавы приготовлены для всех!»

Появляется Снеговик:

Снеговик:

Внимание! Внимание!
Предстоят соревнования!
Мы за вами наблюдаем,
Самых лучших выбираем

Проведём спортивный праздник,
Пусть сердит Мороз-проказник!

1 ребенок: «Над землёю закружила

Вновь зима свой хоровод,
Пусть здоровье, радость, силу
Зимний спорт нам принесёт!

2 ребенок: Все мы скажем: «Нет!» простуде,

Нам морозы нипочём,
Мы дружить с коньками будем,
С клюшкой, шайбой и мячом!»

Снеговик:

«Вы готовы? (Да!) Отправляемся тогда!»

Все идут за персонажами к началу спортивной площадки и становятся друг за другом.

Снеговик:

А вокруг лежат сугробы,
Снегом замело дороги!

(Ходьба с выпадами)

С неба падают снежинки,
Как на сказочной картинке.

Будем их ловить руками.

И потом покажем маме.

(Ходьба с хлопками)

Отправляемся в поход,
Сколько нас открытий ждёт!
Вместе весело шагаем,

Ноги выше поднимаем.

(ходьба, высоко поднимая колени)

Поставим руки на бочок,

И по тропинке прыг и скок!

(прыжки на двух ногах с продвижением вперед)

Подходят к хоккейной площадке:

Снеговик:

Тех, кто смелей, кто быстрее и храбрей,
Приглашаем в игру
Под названием «Хоккей».

Посмотрите, полюбуйте
на веселых дошколят.
Олимпийские надежды
Нынче ходят в детский сад.

6 детей участвую в игре – остальные болельщики.

Снеговик:

Смотри! Тут мостик на пути,
Скорее по нему пройди!

Соревнование «Пройди-не упади»

(ходьба приставным шагом боком, руки в стороны)

Пройти по ледяным дорожкам, перешагивая через препятствия.

Снеговик:

Бежит тропинка через лес.

И вьется, словно змейка.
Попробуй быстро пробежать.

И не упасть сумей-ка.

(бег "змейкой" между пирамид».

Снеговик загадывает загадки о спортивном снаряжении:

Обгонять друг друга рады.
Ты смотри, дружок, не падай!
Хороши они, легки
Быстроходные... (Коньки)

Взял дубовых два бруска,
Два железных полозка,
На бруски набил я планки,
Дайте снег, готовы... (Санки)

Ног от радости не чуя,
С горки снежной вниз лечу я!
Стал мне спорт родней и ближе.
Кто помог мне в этом? (Лыжи)

Отгадай, кто я таков?
Я играть с тобой готов:
То качусь я, то скачу,
А подбросишь — полечу. (Мяч)

Он лежать совсем не хочет
Если бросишь — он подскочит,
Бросишь, снова мчится вскачь,
Отгадай, что это? (Мяч)

Соревнование: «Попади в цель».

Нужно мячи забросить в лунки.

Подходят к круглому степперу. Проводится игра «Два Мороза», которые
стоят внутри степпера.

Мы два брата молодые, два Мороза удалые:
Я Мороз — Красный нос,

Я Мороз — Синий нос.

Кто из вас решится в путь-дороженьку пуститься?»

Дети отвечают: «Не боимся мы угроз, и не страшен нам мороз».

После этих слов дети разбегаются, а Морозы догоняют и салят их. Кого Морозы осалят, тех забирают внутрь. Игра прекращается (после 5—8 сек. непрерывного бега) со словами воспитателя: «Раз, два, три, в круг скорей беги».

Игра «Ноги выше от земли».

Выбирается водящий, он произносит слова «Ноги выше от земли! Раз, два, три – беги!», дети должны забраться на возвышенности. Кто не успел – тот становится водящим.

Снеговик:

Пусть мороз трещит
И вьюга в поле кружит,
Малыши – крепыши не боятся стужи.
Молодцы у нас ребята – сильные, умелые,
Дружные, весёлые, быстрые и смелые.

Соревнование «Захват флага».

4 ребенка с разных сторон горы забираются по команде вверх. Кто первым захватит флаг – тот победил.

Снеговик зовет детей к себе:

«Раз, два, три, в круг скорей беги».

Подводятся итоги соревнований, раздаются призы.

Снежинка: «Праздник весёлый удался на славу.

Думаю, всем он пришёлся по нраву!»

Льдинка: «А теперь пора нам в группы,

Сушить варежки и шубки!»