

Спортивный досуг по образовательной области
«Физическое развитие»
Для старшей и подготовительной группы
«Веселые старты: зимние виды спорта»

Выполнил: инструктор по физической
культуре Гераскина Д.Д

г. Дудинка, 2025

Ход мероприятия:

Цель: Создание условий для закрепления представлений о зимних видах спорта через спортивные эстафеты.

Задачи: Развивать физические качества: быстроту, силу, ловкость, выносливость, внимательность, координацию движений. Воспитывать волевые качества, стремление к победе и уверенность в своих силах, чувство соперничества, взаимопомощи, доброжелательности к сверстникам.

Дети стоят в шеренге, инструктор (ведущий) перед ними.

Вед: здравствуйте, ребята! Сегодня я собрала вас не просто так, мне нужна ваша помощь! Дело в том, что мне пришло письмо из далекой и солнечной Африки с острова Чунга-чанга, сейчас я вам его прочитаю:

Здравствуйте, уважаемые ребята Дудинского детского сада. Пишут, вам дети с жаркого острова Чунга-чанга. Мы очень любим заниматься спортом и играть в разные игры. На улице у нас круглый год лето и теплая солнечная погода, поэтому мы играем только в летние игры, их мы знаем много, а вот зимних игр мы не знаем совсем! Расскажите пожалуйста нам, в какие спортивные игры вы играете зимой, ведь вы живете на Севере, где много снега и морозная погода! Очень будем ждать ответа, с уважением, дети с острова Чунга-чанга!

Ну что ребята, надо откликнуться на просьбу детей с далекого острова! Скажите пожалуйста, какие зимние виды спорта вы знаете? *(Ответы детей)*. А для того, чтобы лучше запомнить их, я предлагаю провести веселые соревнования, которые мы запишем на видео и отправим детям в Африку.

Для начала выполним разминку.

1. Разминка:

Мы шагаем по сугробам,

По сугробам крутолобым.

Поднимай повыше ногу

Проложи другим дорогу

(Шаг на месте, высоко поднимая колени)

Выше руки, шире плечи,
Раз, два, три, дыши ровней
От зарядки станешь крепче,
Станешь крепче и сильней
*(Руки вверх, затем к плечам
Повороты с разведением рук)*

Сели-встали, сели-встали,
Мы нисколько не устали.

Наклонись, разогнись,
Сил побольше наберись.

(Приседы, наклоны)

Пусть летят и кружатся

Все снежинки белые

Нам не холодно стоять,

Мы зарядку делаем

(Круговые движения руками)

Любим мы зимой резвиться,

Любим прыгать высоко,

На морозе веселиться,

Бегать быстро и легкою

(Бег на месте)

Дети делятся на 2 команды, выбирают капитанов и придумывают название, воспитатели им помогают.

2. Эстафета «Биатлон»

На одной лыже до ориентира;

Сбить снежком кеглю;

Вернуться в команду.

3. Эстафета «Проведи шайбу»

Провести шайбу змейкой между кеглями, затем взять её в руки, бегом передать следующему игроку.

4. Эстафета «Лыжные гонки»

Добежать в лыжах (бутылках) до ориентира и обратно.

5. Загадки:

1. Во дворе с утра игра,
Разыгралась детвора.
Крики: «шайбу!», «мимо!», «бей!»
Значит там игра (хоккей).
2. Две новые, кленовые
Подошвы двухметровые.
В них поставил две ноги
И по большим снегам беги! (лыжи).
3. Льётся речка — мы лежим,
Лёд на речке — мы бежим. (коньки).
4. И в мишень спортсмен стреляет,
И на лыжах мчится он.
А вид спорта называют
Очень просто: (биатлон).
5. Мчатся сани по жёлобу,
Лёд с обеих сторон.
А вот как называется этот спорт? (Скелетон).

б. Я катаюсь на нем
До вечерней поры.
Но ленивый мой конь
Возит только с горы.
А на горку всегда
Сам пешком я хожу
И коня своего
За веревку вожу (Санки)

6. Эстафета «Фигурное катание»

Два участника берутся за руки лицом друг к другу и выполняют боковой галоп до ориентира, назад пара возвращается таким же образом, передавая эстафету другой паре.

7. Конкурс капитанов «Парный бобслей»

Капитаны, стоя в обруче, «зацепляют» каждого члена команды за него и перевозят на другую сторону.

Вед: ну вот и подошли к концу наши соревнования! Видео я записала и уже сегодня отправлю нашим друзьям с острова Чунга-чанга, мне кажется им очень понравятся наши зимние игры и они с удовольствием будут в них играть. Вы сегодня были ловкими, смелыми, а самое главное дружными. Вот таких здоровых и сильных ребят растит наш детский сад!

Вручение грамот

Грамоты сделать по группам за УЧАСТИЕ, а не за место!