

# Спортивный досуг для детей старшей разновозрастной группы «Вишенка» «Зимние забавы». Подготовила и провела воспитатель Стасюк Н.И. 31.01.2023г.

**Цель:** формирование знания детей о пользе занятия спортом.

## **Задачи.**

### **Оздоровительные:**

- формировать у детей потребность в ежедневной двигательной деятельности;
- создавать условия для удовлетворения естественной потребности детей в движении;
- сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей.

### **Образовательные:**

- формировать у детей представления о здоровом образе жизни;
- формировать у детей элементарные знания и представления о разных видах спорта и способах их выполнения;
- формировать и совершенствовать двигательные умения и навыки с помощью подвижных игр и игр-эстафет; закреплять умение активно участвовать в играх с элементами соревнования;
- развивать выдержку, настойчивость, смелость, решительность, умение постоять за свою команду.

### **Воспитательные:**

- развивать у детей интерес к играм и играм-эстафетам с использованием различных предметов;
- формировать у детей умение играть дружно, согласовывая свои действия с действиями других, побуждать к умению проявлять активность.

**Оборудование:** 2 больших мяча, 2 обруча, 2 корзины, малые мячи на каждого ребенка, 2 гимнастические палки, пластиковые пробки (много), медали для победителей.

**Место проведения:** спортивный зал.

**Ход соревнования.**

*Дети входят в зал и строятся в одну шеренгу.*

– Сегодня у нас праздник! Мы проводим соревнования, которые будут называться «Зимние забавы». Вы разделитесь на две команды и будете соревноваться в быстроте, ловкости, силе, меткости. Победит сильнейший!

**1 Ребенок:** Если хочешь быть умелым

Ловким, быстрым, сильным, смелым,

Научись любить скакалки,

Мячик, обручи и палки!

**2 Ребенок:** Нам «Смелым», «Сильным» и «Ловким»

Со спортом всегда по пути.

Ребят не страшат тренировки –

Быть надо всегда впереди!

**3 Ребенок:** Сияет солнышко с утра,

И мы готовились заранее.

Ребята, начинать пора

Спортивные соревнования!

– Да, ребята, уже пора начать наши соревнования, во время которых команды будут выполнять определенные задания, и набирать баллы. Так мы определим самую спортивную команду. Но перед любыми соревнованиями спортсмены тренируются, и я вам предлагаю выполнить разминку.

**4 Ребенок:** Кто с разминкой дружит смело,

Кто с утра прогонит лень,

Будет сильным, ловким, смелым

И веселым целый день.

*Участники соревнования перестраиваются в две колонны и становятся на разминку.*

## **Разминка**

Мы сейчас пойдём на право

Дружно- раз, два, три! (3 шага вправо).

А потом пойдём налево  
Дружно- раз, два, три! (3 шага влево).  
В центре круга соберёмся  
Дружно- раз, два, три! (построение в круг).  
И на место все вернёмся  
Дружно- раз, два, три! (вернуться в и. п.).  
Мы тихонечко присядем,  
Дружно- раз, два, три! (3 приседания).  
И немножечко приляжем  
Дружно- раз, два, три! (лечь, руки под голову).  
Мы поднимемся тихонько  
Дружно- раз, два, три! (вернуться в и. п.).  
И попрыгаем легонько  
Дружно- раз, два, три! (3 прыжка на месте).  
Пусть попляшут наши ножки

и



Дружно- раз, два, три!  
И похлопают ладошки  
Дружно- раз, два, три! (3 хлопка в ладоши).  
Повернёмся мы направо  
Дружно- раз, два, три! (поворот вправо).  
Не начать ли все сначала  
Дружно- раз, два, три! (вернуться в и. п.).

*Команды выполняют движения в соответствии с текстом (повторить 2 раза).*

– А теперь приступаем к соревнованиям.

### **Конкурсная программа.**

#### **1. Эстафета « Беговая со снежками».**

Пробежать с большим мячом до ориентира и обратно передав мяч следующему участнику.



#### **2. Эстафета « Снежный колобок».**

Прокатить обруч до ориентира и обратно, затем передать эстафету следующему.



#### **3. Эстафета « Кто быстрее соберет снежки».**

Пробежать с корзиной до обруча, в котором лежат маленькие мячи по количеству участников в команде, взять один мяч, положить в корзину и, прибежав обратно, передать эстафету следующему.

#### **4. Эстафета « Чья команда быстрее построится в снежную стену».**

По команде: «Разбежались»- участники бегают в рассыпную. По команде: «Становись»-команды строятся.

### 3. Загадывание загадок про спортивный инвентарь.

Два березовых коня по снегу несут меня.

Кони эти рыжи, а зовут их... (лыжи).

Льется речка- мы лежим,

Лед на речке- мы бежим... (коньки).

Вот полозья, спинка, планки-

А все вместе это... (санки).

Если бросишь, он подскочит.

Бросишь снова, мчится вскачь,

Ну, конечно – это... (мяч).

Это что за чудеса?

Малышам – три колеса,

А тому, кто подрос,

Двух достаточно колес... (велосипед).

Палка в виде запятой

Гонит мяч перед собой... (клюшка).

### 6. Эстафета «Кто быстрее перепрыгнет через льдинки».

Положить обруч на пол, перепрыгнуть через него на двух ногах, переложить обруч вперед и снова перепрыгнуть. И так до стойки. Назад бегом с обручем и передать его следующему.

### 7. Эстафета «Конники-спортсмены». Добежать до стойки и обратно верхом на гимнастической палке.



– Последний вид соревнований,

Мы завершили и сейчас,

Итог всех наших состязаний

А пока подводим итоги, мы проведем игру «Сложи рисунок».

*На полу разбросаны пластиковые пробки. Участники складывают рисунок все вместе: солнышко, звезду и т.д.*

Подведение итогов.



Награждение победителей.

– Всем спасибо за внимание,

За задор и звонкий смех.

За азарт соревнованья,

Обеспечивший успех.