**Физкультурный досуг в детском саду « Мы мороза не боимся» для детей старшего дошкольного возраста.**

**Цель:**

Привлечь [детей к](http://ds82.ru/doshkolnik/3189-.html) активному участию в зимних спортивных соревнованиях.

**Задачи:**

- развивать у детей основные физические качества: быстроту, ловкость, силу, выносливость, гибкость, координацию движения;

- способствовать повышению мышечного тонуса и физической выносливости;

- воспитывать выдержку, слаженность и взаимовыручку в команде.

**Оформление спортивной площадки:**Флажки, музыка, цветная разметка поля.

**Оборудование:**Лыжи, санки, клюшки, шайбы, снежки для метания, , надувные мячи, цветные льдинки.

**Ход праздника.**

Дети выходят на спортивную площадку.

**Ведущий:** Эй, ребята – дошколята!

Мерзнут руки, мерзнет нос?

Постарался же сегодня

Старый дедушка …

**Дети:** Мороз !

**Ведущий:** ребята, смотрите к нам кто – то идет.

**Дети:** Дед Мороз!

**Дед Мороз:** Здравствуйте ребята! ! Собрался я уже в своем зимнем царстве отдохнуть, потому что мне пришлось хорошо потрудиться. Поглядите, как много снега, какие высокие сугробы я намел! А сколько деревьев я посеребрил! Но вижу: праздник у вас. Захотелось мне узнать, катались ли вы на санках, лыжах, в какие игры играли? Хочу посмотреть какие вы смелые и ловкие. Для этого нам надо разделиться на две команды и выбрать капитанов команд. Команда «Снежинок» и «Снеговиков». Но, чтобы начать соревнования давайте сделаем разминку.

**Белые снежинки.**

Закружились, завертелись (покружиться на месте)  
Белые снежинки.  
Вверх взлетели белой стаей (поднять руки вверх )  
Легкие пушинки. (покружиться на носочках)  
Чуть затихла злая вьюга (встать прямо и опустить ручки вниз)  
Улеглись повсюду. (присесть, руки опустить к полу)  
Заблистали, словно жемчуг, (встать, руки вытянуть вперёд)  
Все дивятся чуду. (развести руки в стороны)  
Заискрились, засверкали белые подружки.  
(руками выполнить движение "ножницы")  
Заспешили на прогулку детки и старушки.  
(шагаем на месте).

**Дед Мороз:** ребята давайте сделаем ваш участок красивым. Первое задание для команд «Украсим наш участок».

1.Дети получают задание: «Украсим наш участок». В разложенные обручи нужно составить цветы из цветных льдинок.

**Дед Мороз:** 2. Конкурс «Паровоз». Проверим- насколько вы дружны.  
Каждый держится за пояс впереди бегущего и не разрывая цепь обегаем снежные комки.

**Дед Мороз:** 3. Конкурс «Попади в цель». Дети бросают снежки в два больших надувных мяча, стараясь попасть. Дед Мороз хвалит детей.

**Дед Мороз:** 4.Конкурс «Гонки санок»

 Один ребенок садится в санки, другой везет его до обозначенного места, там дети меняются местами.

**Дед Мороз:** Молодцы!

**Дед Мороз:** предлагает всем вместе поиграть в игру « Мороз Красный нос».  
Описание: На противоположных сторонах площадки обозначаются два дома. В одном располагаются играющие, посередине встает Дед Мороз.

**Дед Мороз:**                             Я – Мороз Красный нос,  
                                                      Кто из вас решится  
В путь дороженьку пуститься?

**Дети:**                                      Не боимся мы угроз,  
                                                И не страшен нам мороз.

Описание: Дед Мороз старается «заморозить» детей. Игра повторяется 2-3 раза.

**Дед Мороз:** 5.Конкурс «По одной лыжне». По сигналу дети встают на одну лыжу и, отталкиваясь палками и ногой, идут до финиша, там оставляют лыжу и бегом возвращаются назад к команде; следующий ребенок бежит к финишу, надевает лыжу и возвращается и т.д.   
Молодцы! Вы были очень быстрыми, очень ловкими и главное очень спортивными. Но в любых соревнованиях есть победители. А победила у нас сегодня команда…дружба.

**Дед Мороз:**

Каких спортсменов ловких увидел я сегодня,  
Что значит тренировка! Ну, просто высший класс!

Мне тоже захотелось таким спортсменом стать,  
Ни в ловкости, ни в силе - ни в чём не уступать.  
А в завершении праздника приглашаю всех на кросс вокруг садика.  
 **Кросс.  
Дед Мороз:** Ребята, хочу вас наградить за вашу ловкость, быстроту подарками. (Дед Мороз раздает подарки).

Пришла пора прощаться. До свидания, ребята, до новых встреч