Автор: инструктор по физической культуре – Антонова Елена Игорьевна. [**МБДОУ "ДСОВ с приоритетным осуществлением деятельности по художественно-эстетическому развитию детей**](http://les-skazka.86.i-schools.ru/?news=1415287092&lang=1) «Лесная сказка»

 Тюменская область, Октябрьский район.п.г.т. Талинка.

**Физкультурный досуг «Мы мороза не боимся, а гуляем, веселимся!**

**для детей старшего возраста.**

**Образовательная область:** «Физическая культура».

**Инструктор по физической культуре: Антонова Е.И.**

**Интеграция образовательных областей**: Коммуникация, познание, здоровье.

**Формы организации:**групповая.

**Формы работы:**беседа.

 **Цель:** Создать у детей веселое, бодрое, радостное настроение.

**Задачи:** Развивать у детей желание творчески использовать свой двигательный опыт в условиях эмоционального общения со сверстниками.

Приобщать детей к физической культуре и спорту, к здоровому образу жизни: подвести к пониманию того какой заряд бодрости и закалки можно получить от подвижных игр и упражнений на свежем воздухе.

Развивать у детей активность, стремление к достижению успеха, выдержку и настойчивость, честность в отношениях с соперниками.

Совершенствовать основные виды движений: быстрый бег, метание в горизонтальную цель, прыжки, лазанье.

Упражнять в выполнении спортивных игр и упражнений: катание на санках, элементам игры в хоккей, скольжение по ледяным дорожкам.

Развивать физические качества: силу, быстроту, ловкость, выносливость.

Воспитывать уважительное отношение к соперникам, чувство взаимопомощи и находчивости.

 **Оборудование:** Сани, колокольчик подвешенный на палочке, верёвка.

**Ход занятия.**

*Дети собираются на улице, на специально украшенном к празднику участке, где их встречает инструктор переодетый в Северячка\*.*

**Северячок:**

Заходи сюда, народ,

И слева, и справа!

Мы проводим зимний праздник

С шуткой и забавой.

Надо в праздники всерьёз

Всем принять участье,

Чтобы добрый Дед Мороз

Пожелал нам счастья!

**Все дети:**

Раз- два- три- четыре- пять,

Мы идём его встречать!

*Слышны звон бубенцов и голос Деда Мороза. Выезжают сани. В них сидит Дед Мороз. Сани могут быть запряжены актёрами , изображающими лошадок или оленей.*

**Дед Мороз:**

Добрый день честной народ!

Вы меня узнали?

Ведь недавно Новый год

Вы со мной встречали!

Те же щёки, тот же нос,

Я- весёлый…

**Дети:**

… Дед Мороз

**Дед Мороз:**

В январе пора каникул

Наступает у детей.

Сколько шума, сколько крика,

Сколько радостных затей!

Эх, деньки январские,

Весёлые деньки!

Кто запрыгнет в санки,

Точит быстрые коньки!

Кто на лыжах, кто со смехом

Лепит с другом снежный ком!

Ну а кто- то для потехи

Мчится с горки кувырком!

Я в душе большой проказник,

Я люблю весёлый смех

И хочу чтоб этот праздник

Весело прошел для всех,

Предлагаю поначалу

Всем в игру со мной сыграть,

Ловкость, выдержку и смелость

Всем ребятам показать!

**Подвижная игра «Смелые ребята»**

*Дети выстраиваются шеренгой.*

**Дед Мороз:** Вы смелые ребята?

**Дети:** Смелые!

**Дед Мороз:**

Кто из вас решится

В путь дороженьку пуститься?

**Дети:** Я! Я! Я!

 **Дед Мороз:** Так бегите! Раз, два, три

 **Дети:** Догони нас, догони!

*Дети перебегают на другую сторону участка, а Дед Мороз ловит убегающих. Игра повторяется 2-3 раза.*

**Дед Мороз:** Есть, ребята, у меня

Очень верные друзья.

Имя отгадаете – с ними поиграете.

В белой тундре он живёт, там где снег, и там, где лёд.

Чтобы устрашить врага,

У него растут рога.

Он копытом сильно бьёт,

Мох из снега достаёт.

**Дети**: Северный олень!

**Дед Мороз**: Отгадали, Молодцы. Олени- сильные,

Ловкие животные. Люди на Севере запрягали их

в специальные сани – нарты и ездили по бескрайним

белым степям тундры.

**Эстафета « Оленьи упряжки»**

*Дети* *делятся на две команды. Внутри каждой команды образуются пары – олень и ездок. Ездок « запрягает» оленя при помощи игрушечных вожжей или верёвочки. По сигналу Деда Мороза с места срываются по одной паре от команды. Бегущий добегает до условной метки, огибают её, возвращаются назад, передают упряжь следующей паре. В какой команде пары быстрее пробегут на меченную дистанцию, та и победила.*

**Северячок:** Видишь, Дед Мороз, наши ребята очень быстрые! Они ещё и ловкие: посмотри, как они через санки прыгают!

**Соревнование «Прыжки через санки»**

*Дети делятся на две команды. Бегут по одному прыгают через санки. Затем игру усложняют: увеличивают количество санок до 5- 6 и ставят их на расстоянии 50- 70 см друг от друга ( ширина- 20 - 30 см, высота- 15 - 20 см). Побеждает команда, игроки которой быстрее перепрыгнут через все санки и вернутся бегом обратно.*

*Звучит музыка. Появляются два пингвина( их роль могут исполнять как взрослые так и дети).*

**Пингвины:**

Здравствуйте ребята! Здравствуй Дед Мороз! Мы к вам в гости с самого юга пожаловали – из Антарктиды. Но у нас там холоднее чем здесь!

**Дед Мороз:**

Ох, весёлый народ

В Антарктиде он живёт,

Вот и гости к нам идут,

Игры новые вас ждут.

**Пингвины:**

Мы весёлые ребята,

Мы два брата- акробата.

А зовут нас – Пин и Гвин!

Если с нами поиграешь - не останешься один.

*Дети делятся на две группы. Пин проводит соревнования на ледяной горке, а Гвин – на ледяной дорожке. Через некоторое время группы меняются местами.*

**Игры на ледяной горке**

*- кто дальше скатится и доедет до игрушки;*

*- съезжая с горки, надо дотронуться до колокольчика, подвешенного на палочке.*

**Северячок:** Вы, ребята не замёрзли?

**Дети:** Нет

**Дед Мороз:**

Дружно топайте ногами!

Громче хлопайте руками!

 А не то нам Дед Мороз

 Отморозить может нос!

**Северячок:** Не пугай нас, Дед Мороз. Мы же знаем, что ты добрый. Дети, а ведь наш Дед Мороз и волшебник, и художник, и строитель, и кузнец. Узоры на окнах рисует, мосты через реки строит, цепи куёт.

**Подвижная игра «Цепи кованные»**

*Дети делятся на две группы и, взявшись за руки, строятся в шеренги. Шеренги расходятся на расстояние 10- 15 метров. Задача каждой команды - забрать в свою команду как можно больше игроков- соперников. По жребию определяется начинающая игру команда.*

**Игроки первой команды**: Цепи кованные, раскуйте нас!

**Игроки второй команды**: Кто из нас?

Игроки первой команды называют имя какого- нибудь игрока из второй команды, тот бежит в сторону первой команды, пытаясь разорвать цепочку играющих, крепко держащихся за руки. В случае удачи уводит одного из игроков, не удержавших рук. В случае неудачи остаётся в чужой команде.

Дед Мороз: Молодцы, ребята, дружно играете, мороза не боитесь. Пришло время нам на поезде дружбы прокатиться!

**Соревнование «Санный поезд»**

*Участвуют несколько команд из 5- 6 человек. Санки по числу игроков связывают друг с другом. Взрослые (воспитатели) с 2- 3 детьми держат за верёвку санный поезд. По сигналу санные поезда движутся от старта до финиша. Побеждает та команда, чуй поезд придёт к финишу первым.*

*Подведение итогов.*

**Дед Мороз:** Праздник наш идёт к концу,

Но улыбки всем к лицу!

Эй, детишки, не скучайте,

Награду получайте.

*Дед Мороз награждает детей медалями.*

*Прощается с детьми.*