**ПЛАН-КОНСПЕКТ СПОРТИВНОГО ДОСУГА**

# «Зимние виды спорта» для подготовительной группы

|  |
| --- |
| Место проведения:физкультурный залФизкультурный инвентарь, пособия: Снежки, санки, обручи, кольца, мешочки с песком, скакалки.  |

Оборудование и инвентарь: Снежки, санки, обручи, кольца, мешочки с песком, скакалки.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Части**  | **Содержание**  | **Дозировка** |
| **1часть Вводная**Ведущий:Дети хором:Снеговик:Ведущий:Снеговик: Ведущий:Снеговик:Ведущий:Снеговик:Ведущий:Витя:Аня:Матвей:Кирилл:Снеговик:Ведущий: | В зал под марш входят 2 команды: отважные хоккеисты и быстрые лыжники. Команды расходятся и садятся на свои места. -Ребята! Сегодня у нас будут проходить зимние спортивные соревнования. Мы будем встречать гостей, соревноваться, отгадывать загадки, играть и силу и ловкость, посмотрим спортивные ли у вас родители, а после игр и соревнований выберем победителя.- Тук-тук-тук… - Дети кто-то к нам стучит… - Да, а кто же там? Во дворе катали ком, Шляпа старая на нем. Нос приделали, и вмиг Получился … - Снеговик.- Здравствуйте дети, я услышал, что у вас проходят спортивные соревнования и тоже хотел бы поучаствовать…Можно?-Конечно, но сначала, чтобы взять тебя к нам в команду, ты должен пройти испытания…- Хорошо, я все знаю про зимний спорт!-Отгадай загадку.«Два коня у меня, Два коня. По воде они возят меня. А вода Тверда, Словно каменная!» - Это же быстрые коньки! - Молодец снеговик. Посмотрим, отгадаешь ли ты следующую загадку?Под ногами у меня Деревянные друзья. Я на них лечу стрелой, Но не летом, а зимой.- Ребята, я знаю - это лыжи.-Молодец снеговик! А сейчас мы послушаем стихи, которые подготовили дети про зимние виды спортаЯ – лыжник, и люблю на лыжах бег, Люблю на них стремглав по лесу мчаться, Когда порою зимней белый снег Даёт земле собою укрываться.Слов, пожалуй, не найдётся – Надо видеть наяву, Как искусство создаётся На хрустальном звёздном льду. У фигурного катанья Фантастический успех! Спорт – «очей очарованье», Праздник радостный для всех!По заснеженным горам, По трамплинам и холмам На снаряде «сноуборд» Бьют спортсмены свой рекорд. «Сноуборд» – он как доска, Что довольно широка. Есть на ней крепёж для ног, Но не вдоль, а поперёк.А ещё есть биатлон.Это длинный марафон –Бег на лыжах со стрельбой.Среди бега – прямо в бой.-Ой, какие хорошие стихи!-Да, снеговик! А ещё ребята приготовили домашнее задание бальный танец «Конькобежцы».(Музыкально-ритмическая композиция Ж.Е. Фирилева, Е.Ю. Сайкина «Са-фи дансе». Санкт-Петербург, «Детство-пресс».2001г. стр. 152.)Музыка польки.Вступление.1-4 –наклон мальчика.5-8-реверанс девочки.Исходное положение:- стоя в парах по кругу по линии танца, мальчик слева, девочка справа, руки впереди скрестить в сцеплении.А) 1-2-переменнный-скользящий шаг вперед с правой ноги.3-4-повторить счет 1-2 с левой ноги.5-8-четыре шага вперед с правого носка.Б) Повторить движения части А, в конце на счет 8 приставить левую ногу с поворотом лицом друг к другу (боком по линии танца).В) 1-2-переменный скользящий шаг вправо с правой ноги.3-4-повторить счет 1-2 влево.5-8- четыре ага по кругу, смена мест, правые руки в сцеплении верху.Г) Повторить движения части В, в конце принять исходное положение для начала танца. |  |
| **2 часть****Основная**Ведущий:Ведущий:Ведущий:Дети:Ведущий:Ведущий:Снеговик:Ведущий: | **Эстафеты:****1. «Меткий биатлонист».**-Сейчас каждый сможет почувствовать себя метким биатлонистом. Участник соревнований бежит, побегает до огневого рубежа, ложиться и метает мешочек с песком в мишень (обруч), чья команда закончит быстрее и будет точнее, та и выиграет.**2. «Быстрые санки».**Один спортсмен садится в санки, другой везет его за веревку до черты, там они меняются местами. Выиграет та команда, спортсмены которой закончат первыми.-Посмотрим, на что способны ваши капитаны.**3. Конкурс капитанов «Собери символ олимпийских игр».**Капитанам предлагается добежать до обруча, взять кольца нужных цветов и из них в правильной последовательности сложит кольца олимпиады.- Дети, а как вы думаете, что развивает спорт?-Силу, выносливость, волю, командное братство.-Какие молодцы, верно! **4. Аттракцион « Кто больше прыгнет на скакалке?»**-Давайте посмотрим, участники какой команды более выносливы. Для этого каждый участник будет прыгать на скакалке, посмотрим, кто больше совершит прыжков, та команда и победит. Жюри считает количество прыжков.**5. Подвижная игра «Кто наберет больше снежков?»**На ограниченном пространстве педагог рассыпает снежки. У каждого ребенка есть емкость для сбора снежков. По сигналу дети начинают собирать их. Тот, кто за установленное время больше всех набрал снежков, считается победителем.**6. «Конкурс болельщиков» (родителей)**-Ребята, мы что-то совсем забыли про наших болельщиков (родителях). Пусть они тоже помогут вам завоевать долгожданную победу в наших «Зимних играх». А давайте – ка устроим для них конкурс «Кто больше?».-Вы по очереди будете называть зимние виды спорта, выиграет тот, кто больше назовет. И тем самым принесете еще одно очко вашей команде. | 1 раз1 раз1 раз1 раз1 раз1 раз |
| **3 часть****Заключительная**Дети:Снеговик:Ведущий:Снеговик: | Подвижная игра малой подвижности «Угадай по голосу»Дети стоят в кругу, берутся за руки. Водящий встает в середину круга, на глаза ему надевают маску. Дети идут по кругу со словами: Мы немножко порезвились, По местам все разместились. Ты … (имя) угадай, Кто позвал тебя, узнай.С окончанием слов дети останавливаются. Взрослый показывает на какого-либо ребенка, который произносит звуки (крики птиц, животных). Водящий пытается отгадать, кто его позвал. Затем он меняется с зовущим местами, и игра повторяется с новым водящим. Водящему нельзя подглядывать, во время отгадывания все дети должны соблюдать тишину.- Ребята вы все молодцы. Вы очень смелые, быстрые и ловкие ребята. Прямо настоящие спортсмены.- Кто же выиграл снеговик?- За каждую победу я давал снежок. И больше всего снежков получила команда…, но все ребята были ловкие, сильные и поэтому все получают медали. Я прощаюсь с вами и пойду тренироваться в свой сказочный лес, чтобы быть таким же сильным и быстрым, как вы и следующей зимой обязательно поучаствовать с вами в зимнем спортивном празднике.Награждение победителей медалями и памятными призами.Торжественный уход из зала. | 4 раза |

**План- конспект организации двигательной активности на прогулке типа терренкур в младшей группе**

#

|  |  |
| --- | --- |
| Ф.И Студентки: Якшина НатальяУчебная группа: №34Место проведения: прогулочная площадкаФизкультурный инвентарь, пособия: Флажок, обозначающий старт и финиш, таблички- схемы, обозначающие станции, конусы 7 шт.  | Оценка:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Преподаватель:Гусева Татьяна АлександровнаДата: |