**МКДОУ Детский сад № 6 «Ягодка»**

**общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по социально – личностному развитию детей**

***ЗИМНЯЯ ПОРА***

**Физкультурный досуг в средней группе**

Выполнила: Бутова Ю.В.

инструктор по физкультуре

Киров

**Цель:** Формировать у детей интерес и ценностное отношение к занятиям физической культурой на воздухе.

**Задачи:**

1. Развивать физические качества – силу, ловкость, быстроту, координацию движений.
2. Обогащать двигательный опыт детей, развивать ориентировку в пространстве.
3. Формировать у детей начальные представления о ЗОЖ.

**Оборудование:** Игрушечные санки (4 -5 штук), пластмассовые игрушки снеговиков (4-5 штук), снежки из ваты, рукавица.

**Место проведения:** площадка детского сада, спортивная площадка.

**Предварительная работа:** отработка упражнений, ознакомление с

зимними видами спорта, изготовление инвентаря, подбор музыкального сопровождения.

**Ход досуга:**

*Дети и взрослые выходят на улицу, выстраиваются в круг.*

***Инструктор:***  Начинаем зимний праздник:

Будут игры, будет смех,

И веселые забавы

Приготовлены для всех.

Хороша красой своею

Наша зимушка - зима.

Поиграть сегодня с нею

Собралась вся детвора.

*Раздается стук. Выбегает Снеговик.*

***Снеговик:*** Здравствуйте, девчонки и мальчишки!

Меня вы узнали?

*(Дети отвечают хором).*

Значит, я попал туда, куда спешил!

*(Весь трясется).*

***Инструктор:*** Что с тобой, Снеговик, у тебя же синий нос!?

***Снеговик:*** Ребята, разве у меня синий нос?

***Дети:***  Да! Синий.

***Инструктор:*** А ты сегодня зарядку делал?

А физкультурой ты занимаешься?

***Снеговик:***  А-а-а! Мне лень! Не хочу делать зарядку!

***Инструктор:*** Снеговик, А мы бы научили тебя быть здоровым!

Правда, дети!

***Дети:*** Да!

***Снеговик:*** Не-е-ет, мне не хочется, это сложно!

***Инструктор:***  Снеговик, ты не прав!

Это, наоборот, очень легко и интересно!

Если хочешь, мы тебя научим!

Правда, ребята!?

***Дети:*** Да!

***Снеговик:***  Ну-у-у, ладно! Попробую!

***Инструктор:*** Сначала, сделаем зарядку!

**Общеразвивающие упражнения**

* ***«Падают снежинки»***

***Инструктор -*** Покажем, как падают снежинки:

*1 -2 – руки поднять,*

*3 -4 – плавно опускаем руки через стороны.*

* ***«Снежки»***

***Инструктор -*** Сколько снега на поляне! Поиграем в снежки.

*Имитация игры в снежки:*

*1 -2 – наклониться, «слепить снежок»,*

*3 -4 – метнуть правой (левой) рукой.*

* ***«Скатимся с горы»***

***Инструктор –*** Смотрите – гора, давайте кататься!

*1 -2 –подняться на носки,*

*3 -4 –присесть, руки отвести назад,*

*Произнося «Ух!».*

* ***«Отряхнемся»***

***Инструктор -*** Накатались, посмотрите – какие мы снежные!

Давайте отряхнемся от снега, а то он начнет

таять и одежда может промокнуть.

Поможем друг другу отряхнуть снег со спины.

* ***«Ловим снежинки»***

***Инструктор –*** Вот это да! Снегопад! Ловите их!

*Дети подпрыгивают, хлопая руками над головой.*

* ***«Погреем руки»***

***Инструктор -*** Давайте погреем руки.

*Дети выполняют дыхательное упражнение.*

***Инструктор:*** Вот мы и согрелись.

Ведь, это не сложно Снеговик!

***Снеговик:*** Да! Даже интересно!

***Инструктор:*** Тогда поиграем!

**Игра - соревнование**

**«Кто быстрее перевезет Снеговика»**

***Снеговик:*** (Видит маленькие санки, которые инструктор вынес, для проведения этой эстафеты).

Ой, но я же

не помещусь с эти ма-а-аленькие саночки!

***Инструктор:***  А тебе, Снеговик, и не нужно в них садиться, ты же обещал нам!

***Снеговик:*** Что! А, да - Учиться быть здоровым!

Тогда, зачем нужны эти саночки!

***Инструктор:*** Для нашей игры. Вот тебе саночки, а эти детям, посмотрим, кто из вас самый быстрый!

*Проводится эстафета: провести на саночках игрушку снеговика от кегли до кегли и обратно, при этом не уроним игрушку прийти быстрее других к финишу. Игра проводится 4-6 раз.*

*Снеговик при этом везет сани медленно, теряет игрушку.*

***Снеговик:*** Ну, я так не играю, опять вы меня опередили!

***Инструктор:*** Да, видишь Снеговик, для чего нужна физкультура, чтобы не болеть, быть сильным, ловким, быстрым, вот как наши дети.

***Снеговик:*** Да! Давайте еще поиграем!

***Инструктор:*** Хорошо!

**Подвижная игра «Веселые снежинки»**

***Снеговик:*** Еще хочу поиграть!

Так весело у вас!

**Подвижная игра «Снежная карусель»**

***Инструктор:*** Предлагаю катание на снежной карусели.

Еле – еле, еле – еле,

Закружились карусели.

А потом, потом, потом,

Все бегом, бегом, бегом.

Тише, тише, не спешите,

Карусель остановите.

*Игра проводится 2-3 раза.*

Раз – два, раз – два,

Вот и кончилась игра.

**Игра «Догони рукавичку»**

*Дети строятся в круг. Передаем рукавичку по кругу, Снеговик пытается ее догнать.*

***Инструктор:*** Снеговик, а нос- то у тебя стал красный, щечки розовые, ты уже не мерзнешь?

***Снеговик:***  Нет! Я уже согрелся!

И теперь я всегда буду делать зарядку,

заниматься физкультурой и спортом!

***Инструктор:*** Ну, что же, это хорошо, но нам пора прощаться!

До свидания Снеговик!

***Снеговик:***  До свидания!

*Дети строятся парами и уходят в группы.*