Развлечение по физкультуре «Зимние забавы»

(В старшей группе)

Подготовила:

Инструктор по физической культуре

Зинченко Е.Н

***Цель:*** создание благоприятного эмоционального состояния посредством игр и игровых упражнений в зимний период.

***Задачи:***

**Образовательная:**повысить двигательную активность детей; приобщение детей к культуре здоровья посредством физических упражнений; расширять представления детей о зимних видах спорта; развитие чувства товарищества.

**Развивающая:**развивать быстроту реакции, ловкость; закреплять умение согласовывать игровые действия со словами; развивать умение действовать по сигналу инструктора; развивать внимание, память, смекалку; содействовать профилактике плоскостопия, развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания; содействовать расслаблению всех мышц организма; формирование творческих способностей и развитие индивидуальных качеств ребенка средствами музыки и ритмических движений; совершенствовать навыки ходьбы на лыжах, метания в горизонтальную цель и функцию равновесия.

**Воспитательная:**воспитывать интерес к зимним спортивным упражнениям;формировать интерес детей к играм - забавам, песням и играм в зимний период; создать у детей радостное настроение; воспитывать у дошкольников интерес и положительное отношение к своему гендеру; воспитание позитивных взаимоотношений в процессе трудовой деятельности между сверстниками – умение работать в коллективе.

**Ход занятия:**

**Инструктор:** Что-то я скучаю. С кем бы мне поиграть? Все мои друзья заняты, погулять не с кем. Пойду в соседний двор, может там я найду себе друзей.

*(Заходят дети и строятся в шеренгу.)*

**Инструктор:** О, вот с кем. Заходите. Я девочка Оля, вон с того соседнего двора. Заглянула к вам в гости. Давайте, познакомимся, поздороваемся. Вот мы у себя во дворе друг друга приветствуем очень интересно, хотите узнать как? Тогда вам нужно разделиться на две части и образовать 2 круга: «россиян», и «африканцев. Потом каждый из участников идет по кругу и приветствует «своим способом»: «россияне» пожимают руку, «африканцы» трутся спинами с соседом. Понравилось?

**Инструктор:** Ойййй… Я так люблю это время года. Ой, забыла, как оно называется:

*(Ответы детей.)*

А почему вы так решили?

*(Ответы детей.)*

**Инструктор:** А у меня есть любимые зимние игры и забавы. А у вас есть? Чем интересным можно заниматься на улице зимой?

*(Можно кататься на лыжах и коньках, играть в хоккей, строить крепости из снега.)*

**Инструктор:** Как здорово, сколько спортивных игр и забав вы знаете, поиграть со мной не желаете? А вас воспитатель не потеряет? Ну, тогда, я приглашаю вас к себе во двор.

Вы готовы поиграть?

Отправляемся тогда!

*(ходьба в колонне по залу под музыку.)*

**Вводная часть:**

**Инструктор:** Ребята, забыла предупредить, у нас около двора живет злая собака, поэтому идем тихо, на носочках. Руки на пояс, спина ровная. *(Ходьба на носках, руки на поясе.)*

Смотрите, перед нами высокие сугробы, идем след в след. С высоким подниманием колен, носок тянем вниз. *(Ходьба с высоким подниманием колен.)*

Наш двор огорожен высоким забором, но я знаю одну лазейку, мы сейчас проползем через эту лазейку. Пролезаем правым и левым боком, руками не касаясь пола. Старайтесь не задеть забор. *(Пролезание правым и левым боком в обруч.)*

Ребята, смотрите вот и окна моей квартиры. Мимо них мы пробежим, а то вдруг мама меня увидит и позовет домой. А я так хочу с вами поиграть в моем дворе*. (Легкий бег с изменением темпа.)*

**Инструктор:** А вот мы и во дворе. Посмотрите, какой он у нас красивый. А сколько тут снега завалило! Давайте расчистим площадку? Беритесь за лопаты, расчищайте площадку.

*(Детям даются лопаты, которые заранее приготовлены. Снежный завал расчищается.)*

**Инструктор:** Устали? Давайте отдохнем и погреем ручки. Вы, ребята не зевайте, дружно все за мною повторяйте…

***Дыхательная гимнастика «Греем руки»***

 Если «ветерок» холодный, значит звук [с] произносится. При произнесении звука [ш] «ветерок» тёплый, ладошки греются.

**Инструктор:** А еще у себя во дворе мы любим резвиться под музыку /т.е. играть или веселиться. Давайте порезвимся.

***Игра – танец «вперед 4 шага»***

**Инструктор:** Молодцы! Понравилась вам игра? Ребята, в нашем дворе любимое состязание – это соревнование. Для этого нужно построиться в две команды, а строиться мы будем таким образом: рассчитаемся на 1-й и 2-й.

1. Команда (построились, к синему кубику).

2. Команда (построились, к красному кубику).

*1 эстафета****«Биатлон»***

Перед каждой командой на расстоянии стоят конусы. Первые номера получают гимнастические палки. По сигналу они должны дойти до флажка на лыжах, встать на коврик, положить палки, взять снежок и попасть в цель, находящуюся в 2 метрах от черты, затем взять палки и вернуться обратно на старт. Затем эстафету передают другому игроку.

*2 эстафета****«Хоккей»***

Хоккей не простая игра, вот вам клюшка и шайба. Клюшкой ведем шайбу до ориентира и обратно, далее передаем эстафету следующему участнику.

**Инструктор:** Ну, молодцы, поиграли от души. Давайте отдохнем, сделаем массаж.

***Игровой массаж «Мороз»***

Ой, мороз, мороз, мороз - *похлопывание ладошками по предплечьям*

Щиплет щеки, щиплет нос - *движения по тексту*

Щиплет уши, щиплет губы - *движения по тексту.*

Щиплет руки, щиплет ноги-*движения по тексту*

Забирается под шубы - *поглаживание руками по бокам*

Чтоб согреться – посмотри.

Все как следует потри:

Щеки, носик, уши, губы, руки, ноги - *потирание пальчиками щек, носа, ушей, губ.*

Пар пошел уже от шубы - *похлопывание себя ладошками по телу.*

**Инструктор:** А еще ребята мы в своем дворе любим играть в разные игры. Хотите поиграть? (Да.)

***П\и «Мороз» – русская народная зимняя игра-хоровод***

Перед игрой выбирают считалкой водящего – «Мороза».

Дети встают в круг и берутся за руки. «Мороз» встает в центр круга. Водят хоровод и говорят:

«Идет Зимушка-Зима,

У ней белая коса.

С ней идут три тетки –

Белые поддевки:

Метель, Вьюга да Пурга.

У тех теток есть слуга:

Злющий дядька Мороз,

Кого схватит – тот замерз!»

После этих слов дети разбегаются, а «Мороз» старается их осалить, «заморозить». Тот, кого морозу удалось осалить должен замереть на месте, расставив руки в сторону. Остальные игроки могут его «разморозить» – бросить в него снежком (и, конечно, попасть). Когда все игроки, кроме одного, заморожены, игра заканчивается и последний, самый ловкий игрок, становиться новым «Морозом».

**Инструктор:**А следующая игра называется ***«Снежки» м.п\и***

Участники игры ходят по кругу. На сигнал «Снежки» - кружатся мальчики, а девочки в это время «замирают», на сигнал «Снежинки» - прыгают девочки, а мальчики «замирают».

1, 2, 3 – покружились все «Снежки».

1, 2, 3 – покружились все «Снежки».

**Инструктор:** Ну, что, ребята, вам понравилось в моем дворе играть и веселиться? Молодцы, ребята. Вы были ловкими, смелыми, а самое главное дружными. В какие бы игры вы поиграли с друзьями в своем дворе?

**Инструктор:** Ребята, а какой же праздник приближается? Вы его ждете? А елочку уже украсили? Давайте я вас научу, как нужно красиво и быстро украсить елочку.

***Танец – игра «Наряжаем елку»***

**Инструктор:** Ребята, а вас воспитатель не потеряла? Наверное, вам пора возвращаться, да и меня мама потеряла. Я вас провожу, мы пойдем с вами по короткой дороге. Пролазим под забором, а теперь идем тихо на носочках, чтобы не разбудить злую собаку. До свидания! А я побегу домой, меня мама заждалась!