

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад комбинированного вида № 4  
станции Должанской муниципального образования  
Ейский район

Физкультурный досуг в средней группе

**«Вот зима, кругом бело»**

Воспитатель: Лобова Н.Н.

2018 год

Задачи: упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе с высоким подниманием колен, выполнять задания воспитателя. Построение в звенья. Упражнять в пролезании боком в обруч; прыжках на двух ногах с продвижением вперед; упражнять в пролезании на четвереньках через туннель.

Оборудование: ватные снежки на каждого ребенка, кубики-ориентиры, 2 обруча, 2 веревочки, 12 снежинок, туннель, снеговик.

Ход занятия.

Воспитатель. Загадаю, вам ребята загадку.

Снег на полях.

Лёд на реках.

Кто скажет?

Кто знает?

Когда это бывает? (зимой)

Воспитатель. Правильно, зимой.

Воспитатель. Посмотрите все вокруг стало белым-белым, это зимушка-зима приглашает к ней в гости.

I. часть. Ходьба и бег в колонне по одному. Бег «лошадок» по зимнему снегу.

Перед нами большие «сугробы», идем высоко поднимаем ноги, чтобы не застрять.

Построение в звенья.

Воспитатель. Много снега, негде бегать, поиграем со снежком.

II. часть. Общеразвивающие упражнения со снежками.

1. И.п. Ноги слегка расставлены, в правой руке снежок.

1- руки в стороны, 2-над головой, 3-руки вперед, 4-руки опустили. (4-6 раз)

2. И.п. Ноги на ширине плеч, снежок в руке.

На 1-руки в стороны, на 2-поворот, 3-из одной руки переложить снежок в другую руку, 4-опустили руки. (4-6раз).

3. И.п. Тоже самое. Наклоны.

В правой руке снежок. 1-наклон вниз снежок положить к ногам, на 2-выпрямиться. (4-6 раз).

4. И.п. ноги слегка расставлены, снег в руке. Приседания. 1-сели, положили на пол снег, 2-встали, 3-сели, взяли снежок. 4-встали. (4-6 раз)

5. И.п. сидя на полу снег в руке. 1-наклониться и коснуться снежком ног, 2-выпрямиться. (4-6 раз)

6. Прыжки. Руки на поясе. Прыжки в чередовании с ходьбой.

Воспитатель. Дети, вы любите играть?

Сейчас мы поиграем с Зимушкой.

Эстафета: «Удержи мяч» (По сигналу дети передают мяч друг другу над головой. Последний бежит вперед и т.д.)

Эстафета «Веселые старты» (Каждый игрок берет у поворотной стойки малый мяч и бежит назад кладет в обруч и т.д.)

Игра «Не урони»(У игрока мяч зажат между ног и прыжками добегает до поворотной стойке, затем берут мяч в руки и бегут назад передавая мяч следующему игроку)

III.часть. Заключительная. Ходьба в колонне по одному.

