**Спортивная прогулка «Путешествие по зимнему лесу»**

Цель :

Формирование навыков успешного взаимодействия детей в различных ситуациях.

Задачи:

Закрепление навыков основных движений (бег, ходьба, метание) ;

Развитие быстроты, выносливости, целеустремлённости;

Закрепление знаний детей о зимних видах спорта, о деревьях, о сезонных измене-

ниях природы.

Оборудование :

Эмблемы для каждого ребёнка;

Санки, кегли, флажки, корзины, палочки, набивные мячи.

Содержание прогулки.

Воспитатель:Ребята, сегодня я приглашаю вас совершить прогулку по зимнему

лесу. Наша прогулка будет спортивная, потому что зимний спорт несёт здоровье,

радость и силу.

Пришла к нам зимушка-зима,

Укрыла шубою поля.

Стоят деревья в серебре,

Снежинки тают на щеке.

Пусть здоровье, радость, силу

Зимний спорт нам принесёт.

Мы спортивные ребята

На прогулку в лес идём.

-Отправляемся в дорогу. Слушайте меня внимательно и правильно выполняйте

команды.

Разминка.

Ноги выше поднимайте, по сугробам пробирайтесь (Ходьба с высоким поднима-

нием колен)

А теперь пойдём «гуськом» чтобы не увидел нас никто. (Ходьба по – гусиному)

А ещё обычным шагом по тропинке в лес пойдём (Обычная ходьба)

И попрыгаем как зайцы с продвижением вперёд (Прыжки на двух ногах с продви-

жением вперёд)

В стороны раздвинем руки, мелким шагом поспешим (Ходьба мелким шагом,

руки отвести в стороны)

По извилистой дорожке друг за другом побежим (Бег «змейкой»)

-Вот мы и пришли в зимний лес. Посмотрите какой он красивый и сказочный .

В нашем лесу очень много деревьев, назовите их. (берёза, ель, рябина)

А какой воздух в нашем лесу (чистый, полезный, лечебный). Так значит спортом

зимой заниматься тоже полезно? Ребята, какие зимние виды спорта вы

знаете? (хоккей, фигурное катание, лыжные гонки, биатлон)

А сейчас посмотрим, какая команда быстрее построится? (у детей на куртках

эмблемы с изображением ёлочек и снежинок) .Дети распределяются на две

команды.

1соревнование «Кто быстрее до флажка на санках. »

Один ребёнок от каждой команды садится на санки, два других везут его до

флажка и обратно к команде, затем эстафета передаётся другим детям. Побеж-

дает та команда, которая вернётся раньше.

2соревнование «Собери снежки в корзину .»

По одному ребёнку от команды прыгают на двух ногах, огибая кегли «змейкой»

затем прыгают в длину с места (от черты до корзины, берут снежок и возвраща-

ются к команде, бросают снежок в другую корзину и передают эстафету другим

детям.

3 эстафета «Кто быстрее нарисует снеговика. »

Дети от каждой команды поочерёдно бегут к противоположной стороне

участка, где рисуют на снегу палочкой снеговика (по частям) . Кто быстрее

нарисует снеговика и вернётся первым к команде, та команда победила.

4дидактическая игра «Хорошо – плохо .»

Воспитатель называет признаки зимы, дети должны подумать и сказать :

почему это хорошо и почему это плохо .

хорошо плохо

Зимой много снега? Это хорошо или плохо?

Cнег укрывает землю словно тёплым Диким животным трудно пере-

одеялом и не даёт корням растений двигаться по глубокому снегу и

погибнуть в морозы. добывать себе корм .

Из снега можно делать различные

постройки…

Зимой бывают морозы? Это хорошо или плохо?

На морозе погибают микробы. От морозов погибают птицы и

животные и т. д .

5эстафета «Передай мяч между коленями .»

Cтоя в колоннах, дети передают мяч друг другу из рук в руки

(вперёд – назад) внизу между коленями.

6 подвижная игра «Снежинки »

Дети идут по кругу, увеличивая темп ходьбы и произносят слова :

Снежинки – раз, снежинки – два,

Снежинки медленно сперва.

А потом, потом, потом

Всё быстрее и бегом.

Раз, два, три – снежинки разлетись!

(дети разбегаются, каждая команда образует свой круг)

Раз, два, три –снежинки соберись!

(дети образуют общий круг)

7Самостоятельная деятельность детей на прогулке, индивидуальная

работа с детьми, уборка физкультурного оборудования .

Подведение итогов прогулки, награждение детей.

Лес чудесный – до свидания!

В группу нам идти пора!

Спортом будем заниматься

Физкультуре- ура