

Сценарий спортивного развлечения «Кабы не было зимы»

Оздоровительные задачи.

1. Укреплять мышцы стопы.
2. Тренировать правильное носовое дыхание.

Образовательные задачи.

1. Формировать навыки прыжков на одной ноге (добиваться сильного отталкивания), метания в движущуюся цель облегченных предметов, подбрасывания и ловли облегченных предметов с хлопком и без него.
2. Развивать двигательное воображение, учить создавать новые формы движений, обогащать двигательный опыт.

Воспитательные задачи.

1. Приобщать детей к регулярным занятиям физкультурой, развивать творческие способности в придумывании упражнений.
2. Продолжать формировать эмоционально положительное отношение и интерес к движениям.

Материалы и оборудование: костюм Снегурочки (взрослый), бумажные салфетки (по числу детей), веревка, 6 обручей, аудиоаппаратура и записи музыкальных произведений.

Ход развлечения.

Под марши в зал входят дети и выстраиваются в шеренгу. Под «свою» музыку входит Снегурочка.

Снегурочка: - Здравствуйте, ребята! Дедушка Мороз занят волшеством: он готовит снежки, сосульки, метель. А я отпросилась у него погулять и пришла к вам в гости. Ребята, вы зиму любите?

Дети: - Да, любим!

Снегурочка: - А за что?

Ответы детей.

Снегурочка: - Давайте погуляем по зимнему лесу.

Ходьба.

Дети идут обычным шагом («гуляем»), на носках, пятках («по скользкому льду»), с высоким подниманием коленей («через сугробы»), имитируют движения конькобежцев, лыжников, затем выстраиваются в шеренгу.

Снегурочка: - Ребята, отгадайте загадку:

«Он пушистый, серебристый,

Но рукой его не тронь:

Станет капелькою чистой,

Как поймаешь на ладонь.»

Дети: - Это снег.

Снегурочка: - Правильно, это снег. Ребята, посмотрите (*показывает салфетку*): салфетка чем-то напоминает снежинку, если ее подбросить, она опустится на землю легко и плавно – как снежинка. Вот с каким интересным предметом мы с вами будем заниматься.

Дети берут салфетки и перестраиваются.

Зарядка с бумажной салфеткой «Снежинка»

1. Дети кладут развернутую салфетку на ладонь и сдувают ее (5 – 6 раз).
2. Кладут салфетку на ладонь, подбрасывают и ловят ее (7 раз).
3. И. п. – сидя, руки в упоре сзади. Ступнями ног дети поднимают салфетку с пола, помахивают ею и подбрасывают вверх (4 – 5 раз).
4. Кладут салфетку на голову и идут, стараясь не уронить ее.
5. И. п. – стоя, салфетки на полу. Дети прыгают на двух ногах вокруг салфетки.
6. И. п. – то же. Дети прыгают на двух ногах через салфетку.

Снегурочка: - А теперь я предлагаю сделать снежки.

Дети скрывают салфетку в комочек.

Игра «Снежки»

Зал делится веревкой на две части. С одной стороны стоят девочки, с другой – мальчики. По первому сигналу дети начинают бросать «снежки» в сторону соперников, по второму сигналу игра останавливается. Дети считают количество «снежков» с каждой стороны: у кого оказалось меньше, та команда выиграла. Игра повторяется 3-4 раза.

Снегурочка: - Давайте, ребята, слепим снеговика.

Игра – аттракцион «Слепим снеговика»

Дети делятся на две команды. С двух сторон зала на полу выкладывают по три обруча – это силуэты снеговиков. По залу разбрасывают «снежки» из салфеток. По команде дети собирают «снежки», кладут их на спину, ползут на четвереньках до «своего» снеговика, кладут «снежки» в обручи. По окончании игры (сигналу) подсчитывают количество «снежков» у каждого «снеговика»: у какой команды их оказывается больше, та и выиграла.

Снегурочка: - Ребята, теперь нам нужно собрать снег.

Игровые упражнения со «снежками»

1. Дети сдувают «снежок» с ладоней (4 – 5 раз).
2. Подбрасывают «снежок», хлопают в ладоши и ловят его (7 – 8 раз).

Снегурочка: - Ребята, хотите поиграть в игру «Снежки»?

Дети: - Хотим!

Снегурочка: - Тогда вам нужно поделиться на две команды: команда девочек будет называться «Снегурочки», а команда мальчиков – «Деды Морозы»

Игра малой подвижности «Собери снег»

Дети садятся в круг, берут «снег» (салфетку) ногами и передают ее друг другу. Можно дать детям две или три салфетки.

Снегурочка: - Молодцы, ребята, весь снег убрали! Устали? Давайте восстановим свои силы.

Дыхательная гимнастика «Зимушка – зима»

Гимнастика проводится под музыкальное сопровождение.

1. Дети плотно сжимают губы, равномерно и спокойно дышат обеими ноздрями (30 секунд).
2. Плотно сжимают губы, указательным пальцем правой руки прижимают правую ноздрю к носовой перегородке и равномерно, спокойно дышат левой ноздрей (30 секунд).
3. Плотно сжимают губы, указательным пальцем левой руки прижимают левую ноздрю носовой перегородке и равномерно, спокойно дышат правой ноздрей (30 секунд).
4. Делают глубокий вдох через нос и выдох через рот.

Снегурочка: - Ребята, мне очень понравилось играть с вами, но Дедушка Мороз давно ждет меня дома. Будьте здоровы, энергичны, не болейте! Поиграйте на улице в снежки, покатайтесь на санках, лыжах, коньках. До свидания!

Снегурочка уходит, дети под музыку выходят из зала