

МБДОУ «Александровский детский сад «Ягодка»

День здоровья
«Зимние состязания»

Подготовили и провели: воспитатели

Маколова С.С., Панкова Е.Н.

Дата и время проведения: 17.01.2024г. 11:00ч.

с. Александровка, 2024г.

Цель: детям привлекательность зимних месяцев года; развивать интерес к зимним видам спорта посредством игр и эстафет.

Задачи: закрепить знания и навыки, полученные на занятиях по физической культуре; развивать быстроту двигательной реакции; развивать у детей внимание, умение согласованно действовать в коллективе, смелость, чувство уверенности в себе; достижение положительно – эмоционального настроения.

Оборудование и инвентарь: конусы, обручи малые 8 шт., «снежки» по количеству детей, 2 шапки-ушанки, 2 валенка, кегли, бадминтонная ракетка, 2 малых мяча, массажные мячи по количеству детей.

Ход мероприятия:

Воспитатель: Сегодня собрались команды самых ловких, сообразительных и умных ребят.

Сейчас у нас любимое время года – зима!

Над землею закружила

Вновь зима свой хоровод!

Пусть здоровье, радость, силу

Зимний спорт нам принесет.

Все мы скажем: «нет!» простуде,

Нам морозы нипочем.

Мы дружить с коньками будем,

С клюшкой шайбой и мячом.

Воспитатель: Желаю успеха обеим командам в предстоящих соревнованиях.

Эстафета «След в след»

Перед командами разложены малые обручи по 4 штуки. По сигналу каждый участник бежит, наступая в обручи и возвращается обратно.



Эстафета «Разбери снежный завал»

Сидя боком друг к другу, разобрать «снежный завал», передавая предметы (*снежки-мячи*) – руками. Играющие располагаются в шеренгу, по бокам которой лежат обручи. В одном обруче находятся предметы по числу участников (*снежки*). Сидя боком друг к другу, по сигналу нужно разобрать «снежный завал», передавая предметы из рук в руки в другой обруч. Выигравшей считается команда, первой положившая последний предмет в другой обруч.



Эстафета «Скажем вирусу-нет!»

Взять «вирус» (массажный мяч), добежать до ориентира и попасть «вирусом» в корзину.



Эстафета «Веселая эстафета»

У первого участника на голове одета шапка-ушанка, на одной ноге большой валенок. Участник бежит до ориентира, обегает его, возвращается в команду и передает шапку и валенок следующему. И так пока вся команда не пройдет дистанцию.



Индивидуальная эстафета «Городки»

С 4-5 метров сбить 3 кегли валенком, как городошной битой.



Эстафета «Снежный ком»

Первый участник катит «снежный ком» (большой мяч) до ориентира и обратно, и передает следующему участнику. И так, пока не закончит последний. Побеждает та команда, которая справилась с заданием быстрее.



Эстафета «Волшебные кристаллы»

Пронести «кристалл», не уронив, передвигаясь с бадминтонной ракеткой в руке, на которой лежит снежок (малый мяч). Правила: 1) снежок («кристалл») стараться не ронять; 2) другой рукой шарик поддерживать нельзя.



Воспитатель: вот и подошли к завершению наши конкурсы. Спасибо ребята, все увидели, что к зимним забавам вы готовы. Спасибо за ваш спортивный характер!