Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад №5 «Звездочка»

Спортивный досуг «День зимних видов спорта»

в старшей группе №2

|  |  |
| --- | --- |
|  | Подготовил воспитатель:  МБДОУ детский сад №5 «Звездочка»  Дзюбова Полина Николаевна |

г. Осташков

2025г.

**Цель:** пропаганда здорового образа жизни, повышение интереса к

физической культуре и зимним видам спорта детей дошкольного возраста.

**Оборудование:** муз. колонка, клюшки, шайбы, дуги (*ворота*).

**Ход развлечения:**

Дети выстраиваются в шеренгу.

**Воспитатель:** ребята, как вы думаете, как называются виды спорта, которыми занимаются зимой? (*ответы детей*). Правильно, зимние.

А что нужно, чтобы заниматься зимними видами спорта? Я вам подскажу:

*На деревьях, на дорожках,*

*На ребячьих на сапожках.*

*Он зимой лежит на всех*

*Ну конечно, это … (Снег)*

**Воспитатель:** да, для занятий зимними видами спорта нужен снег, а какой инвентарь нужен для ходьбы по снегу? Отгадайте загадку и узнаете.

*Две курносые подружки*

*Не отстали друг от дружки.*

*Обе по снегу бегут,*

*Обе песенки поют,*

*Обе ленты на снегу*

*Оставляют на бегу! (Лыжи)*

**Воспитатель:** а как называется спортсмен, который катается на лыжах? Правильно, это лыжник. Кроме лыжных гонок, на лыжах есть ещё и другие виды спорта:

*Долго ходом шли коньковым*

*Друг за дружкою втроем,*

*Было очень нелегко им*

*Забираться на подъем.*

*Вдруг отточенным движеньем*

*Хвать винтовки – стрелять!*

*Бьют прицельно по мишеням, -*

*Раз, другой, четыре, пять.*

*И помчались под уклон.*

*Что же это? ... (Биатлон)*

**Воспитатель:** да, правильно, биатлон. Давайте вспомним, что делают биатлонисты? (бегут на лыжах, стреляют из винтовки). Молодцы. А какие виды спорта на лыжах вы знаете ещё? (*прыжки с трамплина, спуск с*

*гор и др.*).

**Воспитатель:** да, есть такие виды спорта как прыжки с трамплина, горнолыжный спорт, фристайл – это, когда спортсмен во время спуска по трассе с небольшими трамплинами выполняет акробатические упражнения.

Есть и ещё один вид спорта на снегу, но не на лыжах:

*Он на вид - одна доска,*

*Но зато названьем горд,*

*Он зовется … (Сноуборд)*

**Воспитатель:** сейчас мы с вами вспомнили зимние виды спорта, которые проходят на снегу. Что ещё есть зимой для других зимних видов спорта, отгадайте загадку:

*С морозами, пургой и снегом*

*Зима – волшебница придет.*

*И все речушки, и озера*

*Покроет скользкий толстый … (Лёд)*

**Воспитатель:** да, для занятий зимними видами спорта нужен не только снег, но и лёд. А что ещё необходимо для занятий на льду?

*Два коня у меня, два коня.*

*По воде они возят меня.*

*А вода тверда,*

*Словно каменная! (Коньки)*

**Воспитатель:** для занятий на льду нужны коньки. А какие виды спорта вы знаете на коньках? (*ответы детей*)

*Танцевать на лёд пойдём,*

*Музыку мы заведём.*

О каком виде спорта идет речь в этой загадке? (*ответы детей*). Правильно, фигурное катание. Оно есть одиночное, где катаются только мальчики или девочки, мужчины или женщины, а есть парные виды, где спортсмены катаются в парах.

**Воспитатель:** ребята, есть ещё зимние виды спорта, которые начинались на снегу, а теперь проводятся на специальных ледяных трассах. Это виды спорта, для которых нужны санки, это санный вид спорта и скелетон.

*На ледяной площадке крик,*

*К воротам рвется ученик.*

*Кричат все: "Шайба! Клюшка! Бей!"*

*Веселая игра ... (Хоккей)*

**Воспитатель:** нам хорошо известна игра в хоккей с шайбой. Сегодня мы поговорим о спортивной игре «*Хоккей*». Это командная игра, в команде 22 человека, но во время игры, на площадке 6 человек: вратарь, два защитника, левый и правый; три нападающих, левый, правый и центральный. Вратарь может быть во время игры заменен на полевого игрока по решению старшего тренера команды. Играют в хоккей зимой, на льду. В эту игру играют сильные, ловкие, смелые и внимательные игроки.

Давайте мы с вами тоже попробуем стать настоящими хоккеистами, а для этого нам нужна тренировка, а я буду вашим тренером. И начнем мы с разминки, как на льду.

***Разминка***

Дети двигаются с клюшками по периметру зала со сменой направления.

Выполняется под музыкальное сопровождение «Трус не играет в хоккей».

1. Ходьба: на пятках, клюшка над головой в руках; на носках, клюшка за

спиной, руки прямые в локтях; скользящий шаг, клюшка перед собой;

имитация ведения шайбы в стойке хоккеиста.

2. Бег: обычный; с высоким поднимание колена, клюшка перед собой;

взахлёст голени, клюшка за спиной; боковой галоп (*правым и левым боком со сменой направления по сигналу свистка*), клюшка перед собой на вытянутых руках.

3. Ходьба с выполнением упражнения на восстановление дыхания,

перестроение в колонны.

ОРУ с клюшкой

1. Вращение головой – вперед, в сторону, назад, в сторону, вперед (*клюшка*

*перед собой на вытянутых руках, локти прямые*).

2. Наклоны вправо и влево (*клюшка вверху на вытянутых руках*).

3. Повороты вправо и влево (*клюшка перед собой на вытянутых руках, локти прямые*).

4. Подъем рук вверх и наклон вниз, (*колени прямые, клюшкой касаемся*

*пола*).

5. Круговые движения коленей вправо и влево (*клюшка на полу перед собой*).

6. Прыжки вперед – назад спиной через клюшку.

**Воспитатель:** а сейчас будут задания для настоящих хоккеистов.

***Задание 1.*** Провести клюшкой шайбу между кеглями.

***Задание 2.*** Передача клюшки над головой друг другу. Последний игрок с клюшкой передвигается в начало колонны, пока впереди не окажется капитан команды.

***Задание 3.*** Забрасывание шайбы в ворота.

**Воспитатель:** ну вот, ребята, наши учения прошли успешно. И вы уже почти хоккеисты. А чтобы стать настоящим спортсменом, нужно усердно тренироваться, повторять все пройденные сегодня упражнения как можно чаще. Ведь за один день настоящим хоккеистом, все же, не стать.

**Воспитатель:** что узнали сегодня нового? Что понравилось?