

**sochi
2014**

**Проект
«Малые
Олимпийские
игры»**

**Разработала:
Гольшева Н.В.,
инструктор по физической культуре
МАДОУ-детский сад № 67**



«В современном мире, имеющем огромные возможности, а одновременно и опасные слабости, олимпийские идеи могут стать школой благородных принципов и моральной чистоты, а также физической силы и духовной энергии».
Пьер де Кубертен.

В преддверии Олимпиады-2014 в Сочи у детей начал проявляться интерес к данному событию и к Олимпийскому движению в целом: задавались вопросы о строительстве олимпийского городка, о подготовке наших спортсменов к зимним видам спорта. Появилась необходимость в формировании у дошкольников знаний об Олимпийских играх в России и историей Олимпийского движения.

Развитие физической культуры и спорта - важный социальный фактор в жизни современной России.

Олимпийское движение - часть культуры человечества. История олимпийских игр, приобщение к традициям олимпийского движения может стать частью не только физического, но и нравственно-патриотического, социального, эстетического воспитания ребёнка.

Участие детей в играх, эстафетах, творческих номерах позволяет не только создать условия для укрепления здоровья детей и уверенности в своих силах, но и приблизить дошкольников к предстоящим олимпийским играм, ощутить дух олимпиады, почувствовать себя маленькими участниками огромной команды спортсменов.

Дети, которые занимаются спортом, всегда активны, успешны, самостоятельны, талантливы, общительны. Ознакомление детей с традициями Олимпийских игр позволит более эффективно организовать работу по формированию здорового образа жизни, даст возможность почувствовать себя настоящими россиянами, причастными к великому историческому моменту – проведению Зимней Олимпиады в Сочи.

Цель: формирование представлений у дошкольников об Олимпийском движении. Создание у детей мотивации заниматься физической культурой и спортом, ознакомление со спортивными достижениями страны, высокими личными достижениями людей, ставших славой России.

Задачи проекта:

Для детей:

- ✓ ознакомление детей с зимними видами спорта; с историей олимпийского движения;
- ✓ развитие положительной мотивации к занятиям спортом, здоровому образу жизни;
- ✓ расширение двигательных возможностей ребенка за счет освоения новых доступных движений, выполненных под руководством специалиста;
- ✓ воспитание чувства патриотизма и интернационализма;
- ✓ формирование интереса к определенному виду спорта (лыжные гонки, хоккей, биатлон, санный спорт, фигурное катание);
- ✓ формирование единого детско-взрослого коллектива.

Для педагогов:

- ✓ стимулирование возникшего детского интереса;
- ✓ создание условий для детской инициативы, ежедневного поиска и новых открытий;
- ✓ помощь в реализации детских идей.

Для родителей:

- ✓ обогащение знаний об олимпийской истории;
- ✓ единство взглядов и методов в решении сохранения здоровья детей совместно с педагогами;
- ✓ принятие участия в физкультурно-оздоровительных мероприятиях детского сада.

Для социальных партнеров:

- ✓ дать возможность пережить ситуацию успеха, сделав их своими партнерами и показать, что желание детей заниматься спортом необходимо и значимо.

Ресурсное обеспечение проекта: DVD-проигрыватель, музыкальный центр, мультимедийная установка, компьютер, принтер, видеокамера, диски с записью фонограмм для выполнения упражнений, фотографии и картины с изображениями зимних видов спорта, портреты выдающихся спортсменов, иллюстрации и репродукции с олимпийской символикой, познавательная литература, художественная литература, спортивное оборудование.

Основные формы реализации проекта:

- интегрированные занятия,
- работа с познавательной литературой,
- физкультурные досуги,
- спортивные праздники,
- участие в соревнованиях, эстафетах, кроссах,

Основные этапы реализации проекта

1 этап.

Организация подготовительной работы для реализации данного проекта:

1. Создание организационного комитета, формирование служб. Обсуждение целей и задач проекта.
2. Распределение материала на блоки, составление плана работы.

Техническая служба: осуществляет подготовку мест соревнований (разметка площадок, подбор инвентаря, оборудования).

Музыкальная служба: отвечает за музыкальное оформление праздника, подготовку показательных выступлений.

Художественно-оформительская служба: изготавливает украшения для мест соревнований и праздников, плакаты, шары, флаги.

Организационная служба: отвечает за сценарии праздников, за спортивные игры и забавы с детьми.

Судейская коллегия: наблюдает за соревнованиями в ходе Олимпиады, определяет личные места участников и подводит командные итоги.

3. Изучение компетентности родителей по теме проекта.

2 этап:

1. Формирование интереса к Олимпиаде.
2. Создание условий для реализации проекта: пополнение и подбор материала, проведение сбора необходимых материалов и литературных источников по соответствующим тематикам.
3. Пропаганда знаний о значении спорта в жизни ребёнка для родителей воспитанников.
4. Создание базы данных об учреждениях физкультуры и спорта города Екатеринбурга.
5. Посещение соревнований и спортивных мероприятий различного уровня (спортивные праздники, эстафеты, кроссы, тренировки спортсменов и команд и др.).
6. Оказание информационной и методической помощи педагогам, родителям.
7. Составление семейных мини-проектов «Физкультура в нашей семье», «Здоровые дети – здоровая семья».
8. Организация тематических выставок, создание фотогазеты «Дневник Олимпиады», мини-презентаций.

3 этап:

Подведение итогов соревнований, награждение лучших спортсменов детского сада. Подведение итогов проведенной работы, подготовка отчетных материалов. Выставка работ детей и родителей на тему олимпийских игр.

Презентация проекта «Зимние Олимпийские игры в детском саду».

Ожидаемый результат проектной деятельности:

Для детей:

- ✓ сформированность знаний детей об истории Олимпийского движения, чемпионах нашей страны;
- ✓ проявление интереса к Олимпиаде 2014 года в Сочи, к занятиям физкультурой и спортом;
- ✓ пополнение словарного запаса детей спортивной терминологией.

Для родителей:

- ✓ видеть интерес ребенка к здоровому образу жизни, к совместным с детьми спортивным играм.

Для педагогов:

- ✓ видеть интерес детей к олимпийскому движению, чувствовать желание ребят быть активными участниками соревнований; видеть умение и стремление детей быть одной командой.

Для социальных партнеров:

- ✓ увидеть заинтересованность детей своим видом спорта, почувствовать радость детей от совместных мероприятий;
- ✓ подарочные рисунки по олимпийской тематике.

План работы по реализации проекта

Направления работы	Планируемые мероприятия	Сроки проведения	Ответственный
<u>1 этап</u>			
Организация работы с педагогическим коллективом	Составление плана работы по реализации проекта «Малые Олимпийские игры в детском саду». Создание организационного комитета (техническая служба, музыкальная, художественная, судейская коллегия).	20 января 2014года	Инструктор по физической культуре, воспитатели
	Консультация «Реализация проекта «Малые Олимпийские игры в детском саду». Вопросы консультации: - цели и задачи проекта; - сроки реализации проекта; - этапы реализации проекта;	21 января	Инструктор по физической культуре
	Выбор тем воспитателями групп детского сада для мини-проектов.		Воспитатели групп.
	Составление перечня учреждений физкультуры и спорта для посещения воспитанниками детского сада.		Инструктор по физической культуре
	Подбор методической литературы и наглядно-демонстрационного материала для реализации данного проекта.		Инструктор по физической культуре, воспитатели.
Организация работы с родителями и тренерами	Приглашение родителей на спортивные мероприятия детского сада.	21 января	Инструктор по физической культуре
<u>2 этап</u>			
Организация	Составление плана работы и	22 января	Воспитатели

работы с педагогами, родителями и тренерами	разработка конспектов для организации образовательной деятельности с детьми в группах детского сада.	2014	групп
	Создание базы данных об учреждениях физкультуры и спорта города Екатеринбурга (кружки, секции).	22 Января-2014	Инструктор по физической культуре
	Наглядная информация для родителей «Надо ли заниматься спортом», «Как вызвать интерес к спорту у ребёнка».	21 – 31 января	Инструктор по физической культуре
	Разработка памяток для родителей «Влияние физических упражнений на здоровье ребёнка», «Как выбрать спортивную секцию своему ребёнку».	21 – 31 января	Инструктор по физической культуре
	Посещение учреждений физкультуры и спорта родителей совместно с детьми;	21 – 31 января	Дети вместе с родителями
	Фотовыставка «Дневник Олимпиады»	31 января	Инструктор по физической культуре, воспитатели
Организация работы с детьми.	<u>2 младшие и средние группы:</u> Беседы на тему «Олимпийские символы».	27 января	Воспитатели младших и средних групп
	Физкультурный досуг «Зимние забавы!».	28 января	
	Художественное творчество: лепка «Олимпийский мишка».		
	Рисование «Медвежонок – чемпион!».		
	Показ презентации «Олимпийские символы в Сочи-2014».	29 января	
	Физкультурное занятие «Зимняя прогулка».	30 января	
	Развлечение «Зайкины загадки».	31 января	
	<u>Старшие и подготовительные группы:</u> Спортивный праздник «Торжественное открытие Олимпийских игр».	27 января	Инструктор по физической культуре, воспитатели старших и подготовительных групп, родители,
	День лыжников - соревнования на лыжах (слалом, биатлон, лыжные гонки).	28 января	
	Соревнования с клюшкой и шайбой.	29 января	
День саночников - большие гонки на санках вместе с родителями (если будут сильные морозы – провести «Веселые старты» в спортзале).	30 января		
Спортивный праздник -			

	Торжественное закрытие Зимних Олимпийских игр в детском саду.	31 января	
<u>3 этап</u>			
	Торжественное закрытие Малых Олимпийских игр;	31 января	Инструктор по физической культуре
	Создание презентации «Олимпийские игры в детском саду»	31 января	
	Итоговая выставка детских работ «Зимние Олимпийские игры в детском саду»	С 3 по 7 февраля	Воспитатели групп
	Итоговый педсовет по обобщению положительного опыта педагогов при проведении Малых Олимпийских игр в детском саду.	3 февраля	Заместитель заведующего по ВМР, инструктор по физической культуре

Список использованной литературы:

1. Веракса Н.Е., Веракса А.Н. Проектная деятельность дошкольников. Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2008.
2. Веракса Н.Е., Веракса А.Н. Проектная деятельность дошкольников. Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2008.
3. Виммерт Й. Олимпийские игры.- М.: Мир книги, 2007.
4. Голицына Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. – М.: Скрипторий, 2005.
5. Давыдова М.А Спортивные мероприятия для дошкольников. – М.: «ВАКО», 2007.
6. Картушина М.Ю. Быть здоровыми хотим: оздоровительные и познавательные занятия для детей подготовительной группы. – М.: АРКТИ, 2004.
7. Киселева Л.С., Данилина Т.А., Лагода Т.С., Зуйкова М.Б. Проектный метод в деятельности дошкольного учреждения: Пособие для руководителей и практических работников ДОУ – М.: АРКТИ, 2005.
8. Новикова И. М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. Для работы с детьми 5-7 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2010.
9. Тихомирова Л.Ф. Уроки здоровья для детей 5-8 лет. - Ярославль, 2003.
10. Филиппова С.О., Волосникова Т.В. Олимпийское образование дошкольников. - СПб.: Детство-Пресс, 2007.
11. Харченко Т.Е. Физкультурные праздники и развлечения. – М.: Детство-Пресс, 2009 .
12. Цветкова О.В. Взаимодействие детского сада и семьи в олимпийском образовании дошкольников. – СПб.: АНО «Гелиос», 2010.



10 советов как поддержать у ребенка интерес к спорту

1. Задайте себе вопрос. Начните с простого – почему вы хотите, чтобы ребенок занимался спортом? Умом мы все понимаем, что это полезно и необходимо. Только ли заботой продиктовано ваше стремление записать ребенка в секцию и нет ли в нем ваших собственных нереализованных амбиций, стремления быть как все или чего-то похожего? Можете ли вы быть уверены, что ребенок хочет того же, чего и вы?

2. Посмотрите на себя. Каждый ребенок хочет быть «как мама» или «как папа», но далеко не все мы можем быть примером в регулярных занятиях спортом. Давайте согласимся с тем, что мы себя-то не всегда можем заставить заниматься. Если сложно изменить себя, почему вы ждете, что ваш ребенок окажется сильнее вас?

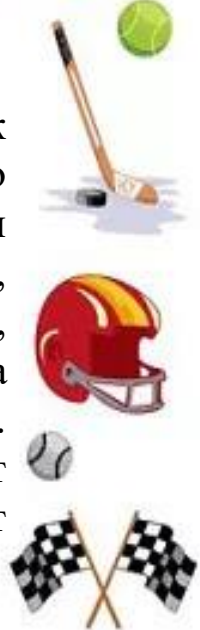
3. Расскажите и покажите. Выбирая секцию или тренера для ребенка, не забудьте спросить его самого. Я не согласна с тем, что в 4-5 лет ребенок не может выбрать себе занятие. Может, если вы его с ним познакомите, если вы покажете мальчику, как красиво играют в теннис профессионалы или сводите девочку на балет. Чем больше разных занятий вы таким образом «покажем», тем осознаннее будет выбор ребенка.

4. Выберите вместе. В поисках занятия не пытайтесь навешивать ярлыки сразу – «он не командный игрок, ему подойдут только индивидуальные виды спорта». Нет, это путь поиска, полный сюрпризов. В пользу командных видов спорта отдельно замечу, что по опыту моего сына в команде (а не в школе) находятся лучшие друзья, практически единомышленники.





5. Относитесь позитивно. Наше отношение к занятиям ребенка должно быть исключительно положительным, даже если нам не очень нравится выбранный им вид спорта. Постарайтесь сделать так, чтобы ребенок не услышал (даже если это правда), насколько тяжело возить его три раза в неделю на занятия, потом ждать там, чтобы отвезти обратно. Иначе это не поддержка, такие разговоры рождают только чувство вины. А для ребенка это станет лишним аргументом, чтобы бросить занятия.



6. Интересуйтесь искренне. Вы должны по-настоящему интересоваться тем, чем занимается ребенок. Или хотя бы выучить пару правильных жаргонных слов или имена главных спортивных кумиров ребенка, чтобы поддержать беседу.



7. Уловите перемену настроения. Все, абсолютно все сталкиваются с неожиданным желанием ребенка бросить занятия. Причем у одних детей оно возникает довольно быстро, но с ребенка еще можно переубедить, а у других такое желание приходит позже, но уже без вариантов. Используйте все доступные вам способы убеждения – от историй из личного опыта до завлекательных рассказов о чемпионах. Основная задача состоит в том, чтобы как можно раньше уловить малейшее изменение отношения к занятиям и проговорить его с ребенком.





8. Разберитесь с причиной. Как правило, бросить занятия ребенок хочет только потому, что что-то не получается. И это не важно – не получается только у него или у всех, не получается вовсе, или не так хорошо, как он хотел. Обсудите с ним ситуацию, попробуйте догадаться в чем причина и постарайтесь помочь. Не хочу вас пугать, но иногда помочь можно, отправив ребенка еще на одни занятия. Моей дочери очень нравится балетная школа, но никаких склонностей к балету у нее нет. И я вынуждена была найти для нее тренера по детскому пилатесу, чтобы он помог ей с растяжкой и шпагатами.



9. Поддержите интерес. Используйте любые симпатичные мелочи, которыми ребенок захочет похвастаться на занятиях. Для девочек это может быть новая сумочка, в которой она носит форму и обувь на занятия, или новая резинка для волос. Для мальчишек могут сработать даже носки, как у профессионалов, не говоря уже о новых кроссовках. Тут как раз начинаешь радоваться, что дети растут и необходимость обновлять форму и экипировку часто работает в нашу пользу. Поэтому интересуйтесь сами, изучайте адреса и ассортимент специализированных магазинов, советуйтесь с другими родителями.



9. Скорректируйте свои ожидания. Кроме тех ситуаций, когда вы действительно растите олимпийского чемпиона, не ждите от ребенка великих достижений, медалей и кубков.





10. Возможно, что они важны вам, а ребенку нравится сам процесс освоения чего-то нового и приобретения навыка. Кроме того, наблюдая за своим ребенком в спорте, у вас появляется шанс понять его мотивацию – важно ли для него быть первым, хочет ли он соревноваться вообще. На будущее понимание того, что его мотивирует, крайне полезно.



Влияние занятий физической культурой на состояние здоровья, повышение умственной и физической работоспособности

В условиях современного мира с появлением устройств, облегчающих трудовую деятельность (компьютер, техническое оборудование) резко сократилась двигательная активность людей по сравнению с предыдущими десятилетиями. Это, в конечном итоге, приводит к снижению функциональных возможностей человека, а также к различным заболеваниям. Вообще, недостаток необходимых человеку энергозатрат приводит к рассогласованию деятельности отдельных систем (мышечной, костной, дыхательной, сердечно-сосудистой) и организма в целом с окружающей средой, а также к снижению иммунитета и ухудшению обмена веществ. В то же время вредны и перегрузки. Поэтому и при умственном, и при физическом труде необходимо заниматься оздоровительной физической культурой, укреплять организм.

Физическая культура оказывает оздоровительный и профилактический эффект, что является чрезвычайно важным, так как на сегодняшний день число людей с различными заболеваниями постоянно растёт.

Физическая культура должна входить в жизнь человека с раннего возраста и не покидать её до старости. При этом очень важным является момент выбора степени нагрузок на организм, здесь нужен индивидуальный подход. Ведь чрезмерные нагрузки на организм человека как здорового, так и с каким-либо заболеванием, могут причинить вред.

Многие люди пытаются полностью оградить себя от физических упражнений, думая, что чем меньше они подвергаются физическим нагрузкам, тем здоровее они становятся. Многие студенты часто пытаются добыть справки об освобождении и при этом находят поддержку у родителей и, что самое ужасное у врачей. Как показали результаты проведённого исследования среди часто болеющих студентов ВУЗа очной формы обучения, 70% - не занимаются спортом и редко посещают занятия физической культуры.

Известно, что постоянное нервно-психическое перенапряжение и хроническое умственное переутомление без физической разрядки вызывают тяжелые функциональные расстройства в организме, снижение работоспособности и наступление преждевременной старости.

Установлено, что регулярные физические упражнения уменьшают в кровотоке количество холестерина, способствующего развитию атеросклероза. Одновременно происходит активизация антисвертывающей системы, препятствующей образованию тромбов в сосудах. За счет умеренного увеличения общего содержания в крови ионов калия и уменьшения ионов натрия нормализуется сократительная функция миокарда. Надпочечники выделяют в кровь «гормон хорошего настроения».

Длительная равномерная нагрузка в виде бега укрепляет иммунную систему за счет активизации, обновления и увеличения состава белых кровяных телец, стимулирует кроветворение, увеличивая содержание в крови гемоглобина. Медицинские наблюдения показали, что под влиянием регулярных занятий бегом может ускориться обновление и клеток пищеварительных желез, тормозиться процесс замещения мышечной ткани жировой, а нормализация в крови количества холестерина выполняет защитную роль в развитии не только атеросклероза, но и рака. Нью-йоркское страховое общество обследовало 100 тысяч клиентов и

обнаружило, что у занимающихся бегом смертность от «болезней цивилизации» в 3 раза меньше, чем у остальной части населения.

Возможности мобилизации физиологических резервов во время интенсивной физической работы очень велики. Установлено, например, что минутный объем дыхания по сравнению с покоем возрастает в 20-30 раз, пульс – с 50-60 до 240 ударов в 1 мин, а артериальное давление – с 120/80 до 200/40 мм рт. ст.

Под влиянием физических упражнений улучшается кровоснабжение мышечной ткани (в том числе и сердечной мышцы). Во время физической нагрузки на 1 мм поперечного сечения мышцы может открыться 2500 капилляров против 30-80 в состоянии покоя. Больше всего увеличение количества капилляров происходит в коре лобной доли. Одновременно было зарегистрировано увеличение длины капилляров и увеличение плотности капиллярной сети.

Это показывает нам что, занятия спортом улучшают кислородное снабжение нервных клеток головного мозга, что в свою очередь, способствует повышению не только физической, но и умственной работоспособности. Иными словами, физкультура в значительной мере помогает... мыслить. Это совпадает и с утверждением Аристотеля относительно того, что мысль становится живее, когда тело разогрето прогулкой. Свои уроки он проводил, как известно, прогуливаясь вместе с учениками. И наоборот, недостаток мышечных движений ослабляет не только наши мышцы, но и наш мозг, делает его уязвимым к различного рода поражениям.

Многие считают, что поддерживать высокую умственную работоспособность помогает специальная «гимнастика мозга». Речь идет о так называемой стойке на голове. Это упражнение в сочетании с ритмичным сгибанием и разгибанием ног в коленных и тазобедренных суставах не только усиливает приток крови к клеткам мозга, укрепляет сосуды, но еще и способствует оттоку венозной крови от нижних конечностей и тазовых органов, т.е. является важным средством профилактики варикозного расширения вен, геморроя, почечнокаменной болезни.

Движение – это прекрасно и ничем не заменимо, но оно не панацея. Нельзя избавиться от недугов и страданий, не изменив весь строй своей личности. Равномерная двигательная нагрузка в виде бега укрепляет иммунную систему за счет активизации, обновления, и увеличения состава белых кровяных телец.

Бег необходим для организма. Сердце, желудок, кишечник, печень, почки и другие органы нашего тела в течение миллионов лет формировались в условиях постоянных движений. При ограничении движений функции этих органов нарушаются. Говоря словами Горация, если не бегаешь, пока здоров, будешь бегать, когда заболешь.

Практически здоровый человек должен посвящать бегу ежедневно минимум 15-20 минут, пробегая за это время в общей сложности 3-4 км.

При скоростном беге частота сердечных сокращений может достигать 200-210 ударов в минуту. Зато под влиянием систематических занятий бегом работа сердца в покое становится чуть ли не в 2 раза экономичней, чем у нетренированных людей. У опытных бегунов она сокращается до 35-40 раз в минуту.

Регулярная физическая тренировка позволяет в значительной степени задержать возрастные инволюционные изменения физиологических функций, а также дегенеративные изменения органов и систем.

Выполнение физических упражнений положительно влияет на весь двигательный аппарат, препятствуя развитию дегенеративных изменений, связанных с возрастом и гиподинамией (нарушение функций организма при снижении двигательной активности). Повышается минерализация костной ткани и содержание кальция в организме, что препятствует развитию остеопороза (дистрофия костной ткани с перестройкой её структуры и разрежением). Увеличивается приток лимфы к суставным хрящам и межпозвонковым дискам, что является лучшим средством профилактики артроза и остехондроза (дегенерация суставных хрящей).

Все эти данные свидетельствуют о неocenимом положительном влиянии занятий физической культурой на организм человека.

Таким образом, можно говорить о необходимости физических упражнений в жизни каждого человека. При этом очень важно учитывать состояние здоровья человека и его уровень физической подготовки для рационального использования физических возможностей организма, чтобы физические нагрузки не принесли вреда здоровью.

620043, г. Екатеринбург, Викулова, 88
Сайт: madou67.myl.ru

тел. 389-21-75, 389-21-74
E-mail: madou_67@mail.ru

**Спортивный досуг
для детей старшей и
подготовительной группы
«Зимние забавы»**

Разработала:
Гольшева Н.В.,
Инструктор
по физической культуре

Цели: Развивать физические качества: ловкость, силу, выносливость, координацию движений; воспитывать выдержку, волю к победе, взаимопомощь, доставлять детям радость от общения друг с другом, вызвать положительный эмоциональный отклик.

Оборудование: 2 хоккейные клюшки, 2 теннисных мяча, санки (2 пары), бубен, 6 конусов, мяча диаметром 30 см, 2 мяча диаметром 15 см, краска для разметки, два мяча диаметром 40 – 50 см (обклеенные ватой).

Ход досуга

Ведущая. Ну-ка, бубен, позвени,
Всех детишек собери,
Проведем спортивный праздник,
Пусть сердит мороз - проказник.

- Ребята, сегодня мы собрались, чтобы поиграть, посоревноваться и повеселиться.
- А какие вы знаете зимние забавы?

Дети. Катание на санках, на коньках, лыжах, игры в снежки, лепка из снега и т.д.

Ведущая. Ух, как холодно! Предлагаю поиграть.

1. Подвижная игра «Веселый бубен».

Дети передают по кругу бубен из рук в руки, произнося слова:

Ты беги, веселый бубен,
Быстро, быстро по рукам.
У кого веселый бубен,
Тот в кругу станцует нам.

Тот, у кого бубен остановился, показывает танцевальное движение, остальные дети повторяют.

Ведущая.

- В старину наши предки очень любили зиму. Потому что только зимой можно было кататься на санях с гор, устроить гонки, покатать друг друга, поиграть в снежки, слепить снеговика.

Ребята, у меня есть уже слепленных два больших снежных кома.

Предлагаю посоревноваться!

2. Эстафета «Передай снежный ком».

Дети делятся на две команды. Команды «Пингвины» и «Белые медведи».

Дети стоят в колоннах друг против друга. Первый ребенок, стоящий в одной из колонн, держит в руках снежный ком. По сигналу первые номера бегут на встречу, друг другу, встречаются у средней черты, где происходит передача снежного кома противоположной стороне, дети возвращаются к своим колоннам, передавая эстафету и т.д.

Ведущая. На Руси отмечался веселый праздник Русской зимы. В этот день устраивали гонки на санях. Вся деревня, стар и мал, собирались на пригорке, чтобы посмотреть, поболеть за своих.

А мы устроим свой праздник с веселыми играми и соревнованиями.

3.Эстафета «Хоккей»

Дети строятся в две колонны. У первого игрока в руках клюшка и мяч теннисный. По сигналу игрок ведет мяч «змейкой», огибая конусы, не отрывая клюшки от мяча вперед и назад до стартовой линии, передает эстафету и т.д.

4.Эстафета «Черепашки».

Дети соревнуются парами. Дети садятся на санки спиной друг к другу. Начинают движения по сигналу, отталкиваясь ногами от стартовой линии до конуса и обратно, передавая эстафету. Расстояние между конусом и стартовой линии 3- 4 метра.

5.Эстафета «Попади снежком в цель».

Дети строятся в две колонны и поочередно бросают от второй, начерченной линии маленькие мячи (диаметром 15 см), целясь в большой мяч (диаметром 30см), который находится на конусе.

Та команда побеждает, которая больше собьет мячей.

Ведущая подводит итоги и объявляет победителей.

Ведущая.

- А теперь давайте поиграем в игру « Два мороза».

6.Подвижная игра «Два мороза».

На противоположных сторонах площадки отмечаются два города. Играющие, разделившись на две группы, располагаются в них. В середине площадки помещаются братья Морозы: Мороз - Красный нос и Мороз Синий нос. Они обращаются к играющим со словами:

*Мы – два брата молодые,
Два Мороза удалые,
Я Мороз - красный нос,
Я мороз - синий нос,
Кто из вас решится
В путь дороженьку пуститься?
Не боимся мы угроз,
И не страшен нам мороз!
И начинают перебегать из одного города в другой. Морозы их ловят.
Ведущая.
Наш праздник подошел к концу, до свидания, до новых встреч!*