

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 19»
624087 Российская Федерация, Свердловская область, город Верхняя Пышма, п. Кедровое, улица Классона,
дом 3
Тел. 8(34368)94-486, E-mail: ya.madoo19@yandex.ru, официальный сайт: 19vp.tvoyasadik.ru

ПРОЕКТ

НЕДЕЛЯ ЗДОРОВЬЯ «ЗИМНИЕ ВИДЫ СПОРТА»



Исполнитель: инструктор по физической культуре
Дегтярева Светлана Викторовна

п. Кедровое 2021г.

НЕДЕЛЯ ЗДОРОВЬЯ «ЗИМНИЕ ВИДЫ СПОРТА»

День недели	Первая половина дня			Вторая половина дня
Понедельник	Общий сбор	Общие мероприятия (игры, соревнования на улице «Веселый биатлон», поход на каток, спортивный праздник «Зимние виды спорта» и др.)	Игры, развлечения, соревнования на улице	Выполнение заданий маршрутных листов
Вторник				
Среда				
Четверг				Выставка
Пятница				

Цель: Формировать представление о здоровом образе жизни, вызывать эмоционально — положительные отношения к играм, спортивным упражнениям и соревнованиям, к занятиям физической культурой и спортом, так же познакомить с различными зимними видами спорта.

Участники проекта: дети всех возрастных групп, воспитатели групп, инструктор по физической культуре, родители.

Срок реализации: с 25.01.2021г. по 29.01.2021г.

Тип проекта: общесадовый, познавательно – оздоровительный.

ПОДТЕМЫ И ЗАДАЧИ

Дни недели	Подтема	Задача
Понедельник (25.01.2021)	Саночный спорт	Формировать представление о саночном спорте. Способствовать развитию умения различать простейшие взаимосвязи между видом спорта и его атрибутами. Пробудить интерес к физической культуре и спорту.
Вторник (26.01.2021)	Конькобежный спорт и фигурное катание	Создать целостное представление о конькобежном спорте и фигурном катании. Способствовать развитию умения различать простейшие взаимосвязи между видом спорта и его атрибутами. Пробудить интерес к физической культуре и спорту.
Среда (27.01.2021)	Хоккей	Формировать представление о хоккее. Способствовать развитию умения различать простейшие взаимосвязи между видом спорта и его атрибутами. Пробудить интерес к физической культуре и спорту.
Четверг (28.01.2021)	Лыжный спорт	Создать целостное представление о лыжном спорте. Способствовать развитию умения различать простейшие взаимосвязи между видом спорта и его атрибутами. Пробудить интерес к физической культуре и спорту.
Пятница (29.01.2021)	Зимние виды спорта (итог)	Вызывать эмоционально — положительные отношения к играм, спортивным упражнениям и соревнованиям, к занятиям физической культурой и спортом, закрепить знания о зимних видах спорта.

КОМАНДЫ

Команда «Снежинки» (2-я младшая группа).

Девиз:

Мы – царевны-холодинки,
Белоснежные снежинки,
Любим мы летать, кружиться,
На морозе веселиться.

Команда «Льдинки» (2-я младшая группа).

Девиз:

Мы льдинки-веселинки
Совсем мы не скучаем.
И на каток ледовый
Всегда вас приглашаем.

Команда «Быстрые саночки» (средняя группа).

Девиз:

Не отступай, кати вперед,
Лети быстрее птицы.
Мороз сердитый отстает,
От тех, кто не боится!

Команда «Резвые коньки» (1-я старшая группа).

Девиз:

У **коньков** одна забота —
На каток идти охота,
Где сверкает зимний лед,
Чтобы бегать взад-вперед

Команда «Лыжники» (2-я старшая группа).

Девиз:

В зимний день я не скучаю:
Быстро **лыжи** надеваю,
В руки я беру две палки,
С ветерком играю в салки!

Команда «Меткие биатлонисты» (подготовительная к школе группа).

Девиз:

Биатлон! Биатлон!
Ждем золотых медалей звон!
Метко стреляй
Быстро беги
Победы ждут нас впереди!

ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ

Каждый день недели здоровья начинается с общего сбора, проводимого в музыкальном зале. Время проведения общего сбора: 9.00—9.20. После общего сбора каждая команда работает по индивидуальному плану. В последний день недели здоровья после общего сбора подводятся итоги, вручаются призы, грамоты, подарки.

Понедельник «Санки»

Группа ДОУ	Первая половина дня		Вторая половина дня	
	Общий сбор	Игры-забавы на улице	Работа в творческих мастерских	Библиотека. Игротека
Младшая	1.Приветствия команд 2.Презентация на тему «Санки» Гость сбора – Мишка	Игровое упражнение «Прокати Зайку и Мишку на санках» Подвижная игра «Кто быстрее»	Лепка «Быстрые саночки»	Разучивание потешки «Ой, мороз, мороз». Беседа «Что такое санки?»
Средняя	(Приложение №1)	Игровое упражнение «Двое детей везут санки, на которых сидит один ребенок» Подвижная игра «На санки»	Лепка: «Санки»	Пословицы, поговорки, стихи, загадки о санках
Старшая		Игровое упражнение «Катать друг друга» Подвижная игра «Гонки на санках»	Лепка «Мы на саночках катались»	Беседа «Зимние виды спорта» Чтение стихотворения Н.Скородумовой «Горка», рассказа Н.Носова «На горке»
Подготовительная к школе		Игровое упражнение «Толкай – не упали» Подвижная игра «Эстафета пассажиров»	Лепка «Скелетон»	Беседа «Саночный спорт» (Виды) Дидактическая игра «Зимние виды спорта»

**Вторник
«Коньки»**

Группа ДОУ	Первая половина дня			Вторая половина дня
	Общий сбор	Игры-забавы на улице	Работа в творческих мастерских	Библиотека. Игротека
Младшая	1.Приветствия команд 2.Презентация на тему «Коньки»	Подвижная игра «Снежинки и ветер»	Аппликация «Забавные коньки»	Веселая зарядка «Коньки». Дидактическая игра «Закончи предложение» Рассматривание картинок по теме.
Средняя	Гость сбора – Лиса (Приложение №2)	Подвижная игра «Беги туда, куда скажу» Игровое упражнение «Фигура замри»	Аппликация «Украшь конек»	Беседа «О конькобежном спорте и коньках». Сюжетно-ролевая игра «Всей семьей идем на каток»
Старшая		Подвижная игра «Делай как я», «Катание на коньках»	Аппликация «Коньки»	Дидактическая игра «Опасно-безопасно». Сюжетно-ролевая игра «Магазин спортивных товаров»
Подготовительная к школе		Поход на каток с родителями	Создание макета катка, поместив на него заранее созданные фигурки спортсменов.	Беседа «Техника безопасности на катке» «Спортивная викторина» (вопросы, загадки ребусы о зимних видах спорта)

**Среда
«Хоккей»**

Группа ДОУ	Первая половина дня			Вторая половина дня
	Общий сбор	Игры-забавы на улице	Работа в творческих мастерских	Библиотека. Игротека
Младша я	1.Приветствия команд 2.Презентация на тему	Подвижная игра «Берегись заморожу»	Рисование «Раскрась шайбу и клюшку»	Игра «». Дидактическая игра «Летает — не летает»
Средняя	«Хоккей» 3. Просмотр мультфильма «Хоккей»	Подвижная игра «Сбей кеглю», «Забей в ворота»	Рисование «Клюшка, шайба и коньки»	Беседа «Экипировка хоккеиста» Дидактическая игра «Угадай что спрятано»
Старшая	Гость сбора – Волк (Приложение №3)	Подвижные игры с элементами хоккея «Гонка с шайбами», «Взятие города»	Рисование «Экипировка хоккеиста»	Чтение произведения И. Гурина «Веселый хоккей» Беседа-игра «О пользе занятий спортом».
Подгото вительн ая к школе		Эстафета «Попади в цель»	Рисование «Хоккеист»	Чтение произведения С. Еремеева «Мой любимый хоккей» Дидактическая игра «Назови вид спорта»

Четверг «Лыжи»

Группа ДОУ	Первая половина дня			Вторая половина дня
	Общий сбор	Игры-забавы на улице	Работа в творческих мастерских	Библиотека. Игротека
Младшая	1.Приветстви я команд 2.Презентаци я на тему «Лыжи» Гость сбора – Заяц (Приложение №4)	Игра «Зайка беленький сидит» Динамическая разминка «Зеркало »	Рисование: «Дорожка для лыжника»	Чтение стихов, потешек «Лена катится на лыжах», сказки Ирис Ревю «Волшебные лыжи»
Средняя			Лепка «Лыжи»	Чтение А. Введенский «На лыжах»
Старшая		Соревнования «Веселый биатлон» с участием родителей	Конструирование «Горка с двумя скатами»	Дидактическая игра «Назови вид спорта» Чтение рассказа М. Блинникова «Встал на лыжи наш Егорка»
Подготови тельная к школе			Рисование «Биатлонист»	Чтение рассказа В. Наумова «Прогулка на лыжах», стихов А. Ерошина «Лыжник»

Пятница
«Зимние виды спорта» (итог)

Группа ДОУ	Первая половина дня			Вторая половина дня
	Общий сбор	Игры-забавы на улице	Работа в творческих мастерских	Библиотека. Игротека
Младшая	Общий сбор «Подведение итогов» 1.Приветствия команд 2.Презентация на тему «Угадай вид спорта» 3.Презентация Семейных спортивных гербов Гости сбора – Заяц, Лиса, Волк, Медведь (Приложение №5)	Спортивный праздник на улице для средней-подготовительной групп «Зимние виды спорта» (Приложение №6)	Оформление плаката фотографиями «Наши будущие спортсмены»	Выставка детских работ Экскурсия родителей на выставку. Дети экскурсоводы.
Средняя			Оформление плаката фотографиями «Наши будущие спортсмены»	
Старшая			Коллаж «Зимние виды спорта»	
Подготовительная к школе			Коллаж «Зимние виды спорта»	

МАРШРУТЫ КОМАНД ИГРЫ ПО СТАНЦИЯМ

Команды	1-я	2-я	3-я	4-я
«Резвые коньки»	Зайчик	Волк	Лиса	Медведь
«Быстрые саночки»	Волк	Зайчик	Медведь	Лиса
«Лыжники»	Лиса	Медведь	Зайчик	Волк
«Меткие биатлонисты»	Медведь	Лиса	Волк	Зайчик

ОБЪЯВЛЕНИЕ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

В рамках недели здоровья «Зимние виды спорта», которая пройдет с 28.01.2019 по 01.02.2019, проводится конкурс семейных спортивных гербов (формат А-4). Работы принимаются до 29.01.2019г. Лучшие работы будут презентоваться детьми на итоговом мероприятии.

Также пройдут следующие мероприятия:

- поход на каток с участием родителей (коньки по желанию) 30.01.2019г. Сбор состоится на территории МАДОУ «Детский сад № 19» в 11.00.
- соревнования «Веселый биатлон» 31.01.2019 с 11.00 до 12.00 на стадионе д/с

КОНСПЕКТЫ МЕРОПРИЯТИЙ

1-й день. «Санки»

Общий сбор**Персонаж:** Медведь**Материалы и оборудование:** презентация, музыкальное сопровождение.**Ходобщего сбора**

Ведущий. Здравствуйте, дорогие друзья! Поздравляю вас с началом праздничной недели здоровья, посвященной зимним видам спорта! Команды готовы поприветствовать друг друга? (*Ответы детей.*) Свою команду представляет капитан подготовительной к школе группы.

Капитан. Наша команда...

Дети...

Капитан. Наш девиз...

Капитаны представляют свои команды. Каждая команда произносит девиз.

Ведущий. Молодцы! Дружные приветствия! Очень красивые названия команд: «Снежинки «Льдинки», «Быстрые саночки», «Резвые коньки», «Лыжники», «Меткие биатлонисты».

Эти названия связаны со спортом.

Спорт ребятам, очень нужен!

Мы со спортом крепко дружим!

Спорт- помощник, спорт- здоровье!

Спорт- игра, физкультура- ура!

. А что такое **спорт**? (*ответы детей*). **Спорт – это занятие физическими упражнениями, регулярные тренировки, спортивные соревнования.** Как называют людей, которые занимаются **спортом**? (*спортсменами*). А что нужно делать, чтобы стать **спортсменом**? (*нужно делать каждое утро зарядку, заниматься физкультурой, закаляться*). Как вы думаете, для чего люди занимаются **спортом**? Что, по вашему мнению, **спорт дает человеку**? (*ответы детей*). Вы сказали верно. **Спорт** делает человека сильным, выносливым, укрепляет здоровье.

Игра: «Дополни предложение»

Я начинаю, а вы заканчивайте:

Катается на коньках ...конькобежец, фигурист

Катается на бобслее... бобслеист.

Катается на лыжах... лыжник.

Катается на лыжах с гор...горнолыжник.

Спускается с горы на сноубординге... сноубордист.

Бежит на лыжах и стреляет из винтовки... биатлонист.

Играет в хоккей...хоккеист

Катается на санках... саночник.

Ведущий: Отгадайте загадку:

Ой! Насыпало снежка!

Вывожу коня-друга.

За веревочку-узду через двор коня веду,

С горки вниз на нем лечу, а назад - сама тащу.

Санки

И сегодня наш утренний сбор посвящен санному спорту. А вы любите кататься с горки на саночках.

Звучит музыка, в зал входит взрослый в костюме Медведя.

Мишка: Кто тут говорит про саночки. Я всегда хотел быстро с горочки на саночках прокатиться, да вот как-то все не получалось. Может, вы мне поможете, расскажете все про саночки.

Ведущий: Сначала поиграй с нами, а за это мы тебе все про санки и про санный спорт расскажем.

Музыкальная игра «У медведя в бору» проводится с каждой группой.

Ведущий: А сейчас послушай, дети тебе стихи расскажут про саночки

По снежку на санках дети
Мчатся с горки, словно ветер.
Кто боится в снег свалиться —
Пусть на санки не садится.

Снег валится, снег валится
Весело, задорно.
Поскорей берите **санки**
И бегом на горку!

Из трубы дым вьётся горький.
Разрисовано стекло.
Я качусь на **санках** с горки.
Мне не холодно, тепло

С горки быстро мы летим,
С санок падать не хотим...
В горку медленно идем,
На веревочке ведем
Санки - с самого утра!
Отдохнуть уже пора...
Хороши, конечно, сани,
Только хитрые они:
Вниз, под горку, едут сами,
А на горку — их тяни!..

С горки вниз быстрее птицы
Наша Маша в санках мчится.
Верный пёс не отстаёт,
Хочет вырваться вперёд!

Ведущий: Я тебе Мишка тоже хочу про саночки рассказать, да картиночки показать.

Презентация про санный спорт (история, современность, спорт)

Мишка: Спасибо вам друзья, я так много узнал и хочу станцевать с вами танец про саночки

Танец с речевым сопровождением про саночки (Мишка танцует с каждой группой)

Мишка прощается, уходит из зала.

Ведущий. До свидания, Мишка! Друзья, сегодня наш день посвящен саночкам. Пришло время узнать, какие задания, игры, развлечения ждут вас сегодня. Капитаны, получите маршрутные листы. Желаю вам интересного дня!

2-й день. «Коньки»

Общий сбор

Персонаж: Лиса.

Материалы и оборудование: корзиночки и медальки для соревнований; маленькая игрушка для игры, игрушка Лиса и Колобок, музыкальное сопровождение; звуковоспроизводящая аппаратура.

Ход общего сбора

Ведущий. Друзья! Второй день недели здоровья «Зимние виды спорта» начинается с приветствия команд.

Капитаны представляют команды. Каждая команда произносит свой девиз.

Зимние виды спорта - это такие виды спорта, занятия которыми возможны, как правило, только в холодное время года. И сегодня мы продолжим с вами разговор о **зимних видах спорта**. Все **зимние виды спорта** можно разделить на две **группы: виды спорта**, проводимые на снегу и **виды спорта**, проводимые на льду.

А еще их можно разделить на три **группы**. А для того, чтобы узнать какие, отгадайте загадки.

1. Есть, ребята, у меня,
Два серебряных коня.
Езжу сразу на обоих,
Что за кони у меня? (*Коньки*)

2. Всё лето стояли,
Зимы ожидали.
Дождались поры –
Помчались с горы. (*Санки*)

3. Две новые, кленовые
Подошвы двухметровые.
В них поставил две ноги —
И по большим снегам беги! (*Лыжи*)

Воспитатель: на санках проводятся такие **виды спорта как:** санный спорт, скелетон, бобслей.

На лыжах: лыжные гонки, биатлон, прыжки с трамплина, горнолыжный спорт, фристайл, сноубординг, но об этом мы поговорим позже.

На коньках: конькобежный спорт, фигурное катание, хоккей, керлинг.

Воспитатель: Ребята, а какими видами **спорта** вы хотели бы заниматься? Ответы детей. Давайте потренируемся.

Физ. минутка: «Зимние забавы»: (*движения делаем по тексту*)

Что зимой мы любим делать?
В снежки играть, на лыжах бегать,
На коньках по льду кататься,
Вниз с горы на санках мчаться.

Ведущий: А сегодня мы с вами поговорим о коньках.

Звучит музыка, появляется лиса с коньками в руках:

Лиса: Я спешила на каток и услышала, что вы говорили о коньках. Иду я первый раз и не знаю, как там нужно себя вести.

Ведущий: Мы с ребятами Лисонька все тебе расскажем и покажем, а для начала поиграй с нами, ведь мы так играть любим.

Проводиться музыкальная игра с речевым сопровождением «Лиса и зайцы».
(Для младших и средней групп).

Подвижная игра «Хитрая лиса» (старшая, подготовительная группы)

Ведущий: А сейчас ребята прочитают тебе стихи о коньках, а я напомним правила поведения на катке, ведь дети подготовительной группы сегодня тоже пойдут в поход на каток.

Блестят коньки, блестит каток,
Пушистый снег искрится,
Надень коньки свои, дружок,
Попробуй прокатиться.

Что за славные деньки!
Ну-ка, дети, взяв **коньки**
Поспешите на каток!
Торопись и ты, дружок.

Наконец **залит каток**, собирается народ
Кто коньки в пакете тащит
Кто коньки у папы кланчит
Буду на коньках кататься
Будет папа удивляться

На каток вчера ходили,
Я уже катаюсь,
Не хожу я , как Пингвин ,
Я уже летаю...

Усидеть сегодня дома
Я, конечно же, не мог.
Прихватив **коньки** с собою,
Я примчался на каток.
На коньках я словно птица
Как стрела бегу по льду,
Незнакомым встречным лицам
Улыбаюсь на ходу.

Фигурное катанье на **коньках**
Похоже на витанье в облаках.
Похоже на стремительный полет,
Как будто всюду небо, а не лед.
И трудно после этого ногам
К своим же приучаться сапогам.

Ведущий: Лисичка, для того, чтобы научиться кататься на коньках, надо очень захотеть. Надо много тренироваться. Ты должна научиться сохранять устойчивое положение туловища, учиться согласовывать движения рук и ног. Тебе надо будет научиться отталкиваться, поворачиваться, тормозить.

Обязательно надо запомнить важные правила и строго их придерживаться:

- на катке двигаться только в одну сторону;
- не мешать друг другу;
- помогать слабым;
- помочь встать упавшему;
- если падаешь сам, не держаться за кого-то;
- если устал, то отдыхать только на скамейке.

А еще Лисонька я приготовила для тебя и для ребят презентацию о коньках. Посмотрите, пожалуйста.

Лиса: Я все поняла, я очень вам благодарна и хочу поиграть с вами в интересную игру.

Игра «Догони Колобка».

Дети передают по кругу друг другу игрушки: сначала Колобка, затем Лису. Передавать так, чтобы Лиса не догнала Колобка.

Лиса: До свидания, мне на каток пора.

Ведущий: До свидания, Лисичка! Друзья, сегодня наш день посвящен конькам. Пришло время узнать, какие задания, игры, развлечения ждут вас сегодня. Желаю вам интересного дня!

3-й день. «Хоккей»

Общий сбор

Персонажи: Волк.

Материалы и оборудование: музыкальное сопровождение; звуковоспроизводящая аппаратура, презентация «Хоккей».

Ход общего сбора

Ведущий. Здравствуйте, друзья! Третий день нашей недели здоровья начнем с приветствия команд!

Капитаны представляют команды. Каждая команда произносит свой девиз.

Ведущий. Наш праздник называется «Зимние виды спорта». Вспомните, о чем мы уже поговорили и с кем познакомились? *(Ответы детей.)* В гостях у нас был Мишка и мы ему рассказали о санках и о саночном спорте, а Лисичке мы рассказали о конькобежном спорте и о правилах поведения на катке. Экран нам подсказывает, что сегодня наш разговор будет о хоккее.

У вас у всех дома есть телевизор. И, наверное, папы очень любят смотреть такую интересную игру как хоккей. Кто вместе с папой смотрит хоккей и болеет за нашу команду? А кто играл с папой или с друзьями в хоккей или просто гонял по катку шайбу клюшкой?

Ребята, в составе команды есть нападающие, защитники, вратари.

Во время игры в хоккей надо выполнять правила: не толкаться, не бить клюшкой по ногам, играть дружно.

В хоккей играют сильные, ловкие, смелые, внимательные игроки.

Чтобы достигнуть результатов, быть хорошим хоккеистом, необходимы длительные тренировки: спортсмены занимаются бегом, выполняют различные фигуры на коньках, упражняются в бросках шайбы в ворота. Мы сейчас с вами тоже разомнемся, проведем «Тренировку хоккеиста»

Дети выполняют движения под музыку «Трус не играет в хоккей»

Звучит музыка, заходит волк.

Волк: Здравствуйте, проходил мимо, услышал музыку. Я очень люблю эту песню и хочу узнать все о хоккее, а также хочу научиться играть в эту игру.

Ведущий: Здравствуй, Волк. К нам Мишка приходил, Лисичка забегала, все с нами играли, и ты с нами поиграй, а мы тебе про хоккей расскажем и все покажем.

Волк: Конечно поиграю!

Младшая и средняя группы п/и «Зайцы и волк».

Старшие и подготовительная эстафета «Забей шайбу»

Ведущий: Спасибо тебе, Волк, повеселил нас. А теперь нас послушай. Ребята расскажут тебе стихи про хоккей.

Есть много разных видов спорта:

Футбол, дзюдо и баскетбол,

Но сердцу моему милей

Спорт под названием Хоккей.

Хоккей – это сила,

Хоккей – это мощь,

Хоккей – это радость,

Хоккей – это злость.

Ты шайбу возьмёшь,

Побежишь, обведешь,

И с силой бросаешь,
И гол забиваешь!

И сердце ликует, и рады друзья
Вадь шайба лежит за спиной вратаря!
Так будь же мужчиной: смелей, не робей!
Иди же быстрее играть в хоккей!

Я на каток спешу с утра
Зову своих друзей.
Вот вот начнётся там игра
Любимый наш хоккей!

Блестят коньки, сверкает лёд,
Веду я шайбу клюшкой.
Её отправил я в полёт,
Удар мой как из пушки.

Удар, и шайба как стрела
Летит к чужим воротам.
Но штангой встречена была.
"Мазила" - крикнул кто то.

Соперник шайбу захватил
И рвётся в нашу зону.
В борьбе уходит много сил,
Мы держим оборону.

Опять в атаке я, бросок,
Влетает шайба в угол.
Вратарь поймать её не смог
И я в объятьях друга.

С победой мы идём домой,
Уставшие, счастливые.
А завтра вновь ледовый бой,
Но мы ребята сильные!

Ведущий: Спасибо, ребята, а я хочу презентацию и мультфильм Волку и ребятам показать.

Презентация «Хоккей», мультфильм «Шайбу, шайбу».

Волк: Спасибо вам, друзья, я сегодня узнал много интересного, пойду запишусь в хоккейную секцию, уж очень мне нравится в хоккей играть.

Ведущий: До свидания, Волк! Друзья, сегодня наш день посвящен игре в хоккей. Пришло время узнать, какие задания, игры, развлечения ждут вас сегодня. Желаю вам интересного дня!

4-й день. «Лыжи»

Общий сбор

Персонаж: Зайчик.

Материал и оборудование: музыкальное сопровождение; звуковоспроизводящая аппаратура, презентация «Лыжи», лыжи.

Ведущий. Здравствуйте, друзья! Четвертый день нашей недели здоровья начнем с приветствия команд! Приветствия оценивает жюри

Капитаны представляют команды. Каждая команда произносит свой девиз.

Ведущий. Наш праздник называется «Зимние виды спорта». Вспомните, о чем мы уже поговорили и с кем познакомились? (*Ответы детей.*) В гостях у нас был Мишка и мы ему рассказали о санках и о саночном спорте, а Лисичке мы рассказали о конькобежном спорте и о правилах поведения на катке, Волк узнал от нас все о хоккее.

Скользили лыжи вразнобой –
Вперед одна, назад другая.
Смеялись лыжи надо мной,
Носы упрямо задирая.
Но я еще упрямей был –
Я их кататься научил.

Ребята! Вы поняли, что сегодня разговор пойдет о лыжах. Катание и бег на лыжах, ребята, очень полезны для здоровья. Кто из вас умеет кататься на лыжах? У кого есть лыжи дома? А знаете ли вы, что лыжи бывают разные: деревянные, полупластиковые, пластиковые?

На деревянных лыжах хорошо кататься, когда снег сухой. А когда снег сырой, то он прилипает к лыжам. Чтобы лыжи скользили по снежному покрову, приходится пользоваться специальными мазями.

Спортсмены бегают на полупластиковых и пластиковых лыжах.

Но необходимо знать, что можно упасть при катании на лыжах, поэтому нужно правильно кататься.

Что значит, правильно кататься на лыжах, кто знает?

При ходьбе и спуске ноги должны быть немного согнуты, ноги ставить чуть-чуть врозь, туловище наклонить немного вперед, особенно при спуске. Руки вместе с палками отводятся назад немного врозь.

А если все-таки упали, что нужно сделать? (*Ответы детей.*)

С лыжами, а особенно с палками нужно обращаться очень осторожно, не толкать друг друга, чтобы не пораниться.

Кататься на лыжах можно на горке, на ровной поверхности. Особенно хорошо пойти в лес, в парк вместе с папой и мамой. Когда вы пойдете в школу и немного вырастете, то может быть, будете тренироваться в ходьбе на лыжах и вскоре станете лыжниками – спортсменами.

А сейчас мы с вами проведем разминку «Бег на лыжах».

Мы бежим с тобой на лыжах, Дети изображают ходьбу на лыжах.

Снег холодный лыжи лижет.

А потом — на виражах, Дети делают наклоны вправо-влево.

Мы упали дружно. Ах! Имитируют падение.

А потом снежки лепили, Имитируют лепку снежков ладонями.

А потом снежки катали, Наклоны вперед, руки и голова вперед.

И все время приседали. Приседают.

Домой бегом мы побежали. Бег.

Звучит музыка, в зал заходит зайчик и несет на плече лыжи.

Зайчик: Я проходил мимо и услышал, как вы здорово делали разминку лыжника.

А мне одному скучно кататься на лыжах, можно я с вами покатаюсь. А еще я очень люблю узнавать все новое. Медведь, Волк и Лиса рассказали мне, что вы большие знатоки, и они у вас много нового узнали. Я тоже хочу больше узнать о своем любимом виде спорта.

Ведущий: Конечно, Зайчик, оставайся, мы тебе все расскажем и покажем, но сначала с нами поиграй.

Музыкальная игра с речевым сопровождением «Зайка серенький сидит».
(младшие и средняя группы).

Эстафета «Пробеги на одной лыже». (Старшие и подготовительная группы).

Ведущий: А еще, ребята приготовили нам стихи про лыжи.

В зимний день я не скучаю:

Быстро **лыжи** надеваю,

В руки я беру две палки,

С ветерком играю в салки!

Лечу на лыжах я во весь дух!

С горы высокой и крутой - у-у-х!

Смотрю вперед – мне незнаком страх.

С горы спускаюсь и в сугроб – бах!

Сижу в сугробе и кричу: - Ой!

И вылезаю весь в снегу, злой!

Сначала слезы, а потом смех.

Встаю на лыжи, лезу наверх!!!

На лыжах еду с горки,

От радости кричу.

Тряхнуло на пригорке,

И я лечу, лечу.

И небо ближе, ближе,

И вдруг сугроб в лесу..

Домой обратно лыжи

Я на плече несу.

По сугробам ноги ходят.

Спор с сугробами заводят:

- Не увязнем мы в снегу, -

Говорили на бегу,

- И пройдем там, где нам нужно.

Лыжи нас поддержат дружно,

Им сугробы не помеха.
Снег для них - одна утеха.

Ведущий: Спасибо, а я хочу показать презентацию о том, как появились лыжи Зайчику и ребятам.

Презентация «Лыжи».

Зайчик: Спасибо вам, друзья, я сегодня узнал много нового и интересного. До встречи в лесу на лыжной прогулке.

Ведущий: До свидания, Зайчик! Друзья, сегодня наш день посвящен лыжам. Пришло время узнать, какие задания, игры, развлечения ждут вас сегодня. Подготовительную группу приглашаю на соревнования по биатлону. Желаю вам интересного дня!

5-й день. «Подведение итогов»**Общий сбор****Ход общего сбора**

Персонаж: Зайчик, Лиса, Медведь, Волк.

Материал и оборудование: музыкальное сопровождение; звуковоспроизводящая аппаратура, презентация «Угадай вид спорта».

Ведущий. Здравствуйте, дорогие друзья! Сегодня последний день недели здоровья, посвященной зимним видам спорта. Команды, готовы поприветствовать друг друга? *(Ответы детей.)* Оценка жюри. Объявление победителей в конкурсе «Приветствие».

Ведущий: Команды научились дружно приветствовать друг друга, активно работали в творческих мастерских, соревновались, справились с трудным походом на каток, очень понравились нашим гостям: Лисичке, Зайчику, Медведю, Волку, и теперь нам пора подводить итоги.

Входят Лиса, Волк, Медведь, Зайчик.

Зайчик: Надеюсь, мы не опоздали, вы еще не начали подводить итоги? Нам так понравилось у вас в гостях, мы и веселились с вами и много нового узнали про зимние виды спорта. Можно мы тоже с вами итоги подводить будем?

Ведущий: Конечно, оставайтесь, и первым делом мы должны проверить ваши знания и знания ребят о зимних видах спорта.

Презентация «Угадай вид спорта»

Ведущий: А сейчас мы хотим, чтобы вы с нами поиграли, вы не забыли, что мы очень играть любим.

Подвижная игра «Ровным кругом»

(Заяц, Медведь, Волк, Лиса поочерёдно показывают движения)

Дети образуют 2 круга, внутри которого находятся водящие - Заяц, Медведь, Волк, Лиса.

Двигаясь вправо или влево по кругу, произносят слова:

«Ровным кругом, друг за другом,

Эй, ребята, не зевай!

Всё, что нам Зайчик (Лиса, Волк, Медведь) покажет.

Будем дружно повторять!»

Водящий показывает какое-либо движение (связанное с зимними видами спорта), дети должны в точности его повторить, после этого игра проводится снова, новое движение показывает другой водящий.

Ведущий: Как я уже говорила, ребята участвовали в соревнованиях. Вчера ребята честно боролись за медали в соревнованиях «Веселый биатлон». Борьба была очень жаркой. Азарт, слезы, радость, волнение - все было. И сейчас мы узнаем победителей.

Напомню, что ребята активно работали в творческих мастерских и, наконец, настал тот день, когда все эти творческие работы можно увидеть на нашей чудо - выставке. А расскажут о поделках и их создателях наши специальные экскурсоводы! Советую вам слушать их внимательно, потому что вечером вам каждому предстоит стать экскурсоводом и провести экскурсию для своих родителей.

Воспитатели поочередно презентуют работы ребят своей группы.

Ведущий: А сейчас я предлагаю отдохнуть и немного поиграть с нашими лесными друзьями.

Игра «Фигура спортсмена – замри»

(малыши - за одним героем повторяют, старшим - в парах, четверках)

Ведущий: А еще ребята подготовительной группы приготовили рассказы о семейных спортивных гербах, которые они изготовили вместе с родителями.

И все команды заслужили подарки и награды!

Спортивный праздник на улице «Зимние виды спорта»**МАРШРУТЫ КОМАНД ИГРЫ ПО СТАНЦИЯМ**

Команды	1-я	2-я	3-я	4-я
«Резвые коньки»	«Зайчик»	«Волк»	«Лиса»	«Медведь»
«Быстрые саночки»	«Волк»	«Зайчик»	«Медведь»	«Лиса»
«Лыжники»	«Лиса»	«Медведь»	«Зайчик»	«Волк»
«Меткие биатлонисты»	«Медведь»	«Лиса»	«Волк»	«Зайчик»

Станция «Зайчик»

Персонаж: Зайчик.

Материал и оборудование: карточки с изображением зимних лыжных видов спорта (биатлона, горнолыжного спорта, прыжки с трамплина, фристайл). Две лыжи.

Ход игры на станции

Детей встречает взрослый в костюме Зайчика.

Здравствуйте, ребята, я Зайчик, заходите ко мне в гости, я очень люблю кататься на лыжах. А вы любите? Как же называется ваша команда? *(Ответы детей.)*

1. П/и «Назови вид спорта» (для детей средней старшей и подготовительной к школе групп).

Два ведущих (Заяц и воспитатель) стоят напротив друг друга на расстоянии 10-15 м, держат по 2 картинки с изображением зимних лыжных видов спорта, дети стоят в середине. «Раз-два-три к картинке (называется зимний лыжный вид спорта) беги». Дети подбегают к картинке, называют вид спорта. Игра повторяется 4 раза.

2. Эстафета «Пробеги на одной лыже» (для детей средней старшей и подготовительной к школе групп).

Дети становятся за линиями старта в колонны по одному. Первые игроки держат в руках по одной лыже. На расстоянии 6-8 м от линий старта, стоят ориентиры. По сигналу ведущего игроки надевают одну лыжу на ногу и отталкиваясь свободной ногой, добегают до ориентира, огибают его и возвращаются обратно. Передают лыжи вторым в колоннах игрокам. Вторые и следующие игроки выполняют аналогичные действия. Побеждает команда, быстрее выполнившая задание.

Зайчик: Здорово повеселились! Спасибо, что в гости ко мне зашли. Вот ваш маршрутный лист. Счастливого пути!

Станция «Медведь»

Персонаж: Мишка.

Материал и оборудование: санки 2 шт.

Ход игры на станции

Детей встречает взрослый в костюме Медведя.

Здравствуйте, ребята, заходите ко мне в гости. Как же называется ваша команда?

(Ответы детей.) А меня-то вы узнали? Я очень люблю кататься с горочки на санках:

Чтоб зимою не хворать,

Надо закаляться

И на санках быстрых

С горочки кататься.

А много ли вы о них знаете о санках? *(Ответы детей.)* Давайте проверим. Отгадайте загадки.

Вопрос нелегкий у меня,

Как это называют.

Когда спортсмены на санях

По желобу съезжают!

(Бобслей)

За веревочку коня

В горку я тащу.

Ну а с горки быстро я

На коне лечу.

(Санки)

Мчатся санки по желобу,

Лед с обеих сторон.

А вот как называется

Этот спорт?

(Скелетон)

Я на санках вниз лечу,

Головой вперед.

От восторга я кричу.

Что это за спорт?

(Скелетон, скелетонист)

Игра «Прокати Мишку и Зайчика» (для детей средней группы). Дети по очереди катают игрушки до ориентира на санках.

Игра «Веселые саночки» (для детей средней группы). Воспитатель с Мишкой по очереди катают детей на санках.

Эстафета «Метелица» (для детей средней старшей и подготовительной к школе групп).

Участники команд, держась друг за друга «паровозиком», бегут до санок, оббегают их, возвращаются на своё место.

«Эстафета пассажиров» (для детей старшей и подготовительной к школе групп).

2-3 команды (по 5-6 человек) выстраиваются в колонны по одному, интервал между командами не менее 1,5-2 м. Один из членов команды с санками встает напротив своей команды на расстоянии 10-15 м. По сигналу бегут, везя санки к игрокам своей команды.

Здесь они сажают на санки стоящего впереди своей команды игрока и возвращаются обратно. Первый ребенок остается на месте, а «прибывший пассажир» берет санки и опять отправляется к своей команде. Таким же образом задание выполняют и другие игроки команды. Побеждает та команда, «пассажиры» которой быстрее переезжают в противоположную сторону.

Эстафета «Черепашка» (для детей старшей и подготовительной к школе групп).

Дети распределяются по парам. Перед линией старта они садятся на санки спиной друг к другу. По сигналу они начинают отталкиваться ногами, стараясь как можно быстрее преодолеть расстояние в 15 м. Побеждает пара, быстрее всех добравшаяся до финиша.

Эстафета «Санные перетягушки» (для детей старшей и подготовительной к школе групп).

Санки ставят носами в противоположные стороны, сидящие на них игроки держат в руках канат. Каждый участник старается перетянуть соперника и уехать дальше вперед.

Мишка: Вы очень ловкие и быстрые детки, но пришло время расставаться. Будьте здоровы и не забывайте кататься на саночках!

Вот ваш маршрутный лист с моей печатью. До свидания.

Станция «Лиса»

Персонаж: Лиса.

Материал и оборудование: шапочка лисы, ориентиры 8 шт., бубен.

Ход игры на станции

Детей встречает взрослый в костюме Лисы.

Здравствуй, ребята, заходите ко мне в гости. Как же называется ваша команда?

(Ответы детей.) А меня-то вы узнали? Я очень люблю кататься на коньках. Но на катке есть свои правила, давайте их вспомним:

«Правила поведения и техника безопасности на катке»

1. Помните! Катание на коньках — это травмоопасное занятие.
2. Перед посещением катка нужно проверить исправность коньков. Ботинки должны быть подобраны по размеру ноги.
3. Нужно надеть легкую, теплую, не стесняющую движений одежду, шерстяные носки, перчатки или варежки.
4. Дети до 10 лет допускаются к катанию на коньках только в сопровождении взрослых.
5. Для неуверенно катающихся рекомендуется пользоваться защитой – шлемами, налокотниками, наколенниками и напульсниками.
6. Выходить на лед нужно аккуратно, держась за борт.
7. Тем, кто плохо стоит на коньках, нужно находиться у бортика, держась одной рукой за выступ.
8. Движение осуществлять строго по большому кругу, в направлении против часовой стрелки.
9. Необходимо соблюдать скоростной режим: не кататься на большой скорости и не создавать помехи окружающим.
10. Во время движения скорость и дистанцию необходимо выдерживать таким образом, чтобы в экстренном случае избежать столкновения друг с другом.
11. Упав, во избежание наезда с другими посетителями катка, не лежать на льду, а стараться быстрее подняться. Если не можете самостоятельно подняться, привлечите внимание посетителей катка.

На катке запрещается:

1. Мусорить.
2. Кататься против основного потока людей (по часовой стрелке).
3. Портить лед: долбить или ковырять его коньками или другими предметами, а также бросать на лёд любые предметы, выливать жидкость и сыпать какие-либо вещества.
4. Приводить с собой на каток домашних животных.

Будьте внимательны, аккуратны и вежливы к окружающим вас людям, находясь на льду!

Лиса: Я надеюсь, когда вы пойдете с мамой или папой на каток, то будете соблюдать все правила. А теперь я хочу поиграть с вами!

Зима пришла! (для детей средней группы)

Дети разбегаются по площадке и прячутся (присаживаются на корточки за снежными валами, горкой, снеговиком). На слона взрослого «Сегодня тепло, Солнышко светит, идите гулять!» дети выбегают из укрытий и разбегаются по площадке. На сигнал «Зима пришла, холодно! скорей домой!» все бегут на свои места и снова прячутся.

Лиса в курятнике (для детей средней группы водящий взрослый, для детей старшей подготовительной групп, водящий выбирается из числа детей).

С помощью считалки выбирается лиса (ведущий). Остальные дети — куры.

Дети взбираются на снежный вал и присаживаются (куры сидят на насесте). На противоположной стороне площадки сидит лиса.

Куры гуляют по двору, хлопают крыльями, клюют зерна, кудахчут. По сигналу взрослого «Лиса!» куры разбегаются, стараются взлететь на насест (взобраться на снежный вал).

Лиса салит курицу, которая не успела сесть на насест.

Снежинки и ветер (для детей средней группы)

В этой игре дети будут снежинками. Они собираются в кружок и берутся за руки. По сигналу взрослого «Ветер задул сильный, сильный. Разлетайтесь, снежинки!» дети разбегаются в разные стороны, расставляют руки в стороны, покачиваются, кружатся. По сигналу «Ветер стих! Возвращайтесь, снежинки, в кружок!» — собираются в кружок и берутся за руки.

Мороз Красный нос (для детей старшей и подготовительной к школе групп).

На противоположных сторонах площадки обозначаются два дома, в одном из них располагаются играющие. Посередине площадки стоит Мороз Красный нос.

Мороз Красный нос

Я Мороз Красный нос.

Кто из вас решится

В путь-дороженьку пуститься?

Дети

Не боимся мы угроз .

И не страшен нам мороз.

После этого они перебегают через площадку в другой дом,

Мороз догоняет и старается их заморозить (осалить). Замороженные остаются на месте и стоят так до окончания перебежки. Мороз подсчитывает, скольких играющих удалось заморозить.

При повторе игры выбирается новый Мороз, и уже он салит игроков в конце подводятся итоги, какой Мороз (старый или новый игрок) больше заморозил.

Возможен вариант. Правила те же, но играют два Мороза: Мороз Красный нос и Мороз Синий нос.

Оба Мороза (*вместе*)

Мы два брата молодые,

Два Мороза удалые,

Я — Мороз Красный нос,

Я — Мороз Синий нос.

Кто из вас решится

В путь-дороженьку пуститься?

Дети

Не боимся мы угроз

И не страшен нам мороз.

Играющие перебегают из одного в другой дом, но теперь два Мороза стараются их заморозить.

Они подсчитывают, сколько играющих удалось осалить.

В конце игры выясняется, какая пара Морозов заморозила больше играющих.

Затейники

Один из игроков — затейник — становится в середину круга. Остальные дети идут по кругу, взявшись за руки и произносят:

Ровным кругом,
Друг за другом,
Мы идем за шагом шаг.
Стой на месте,
Дружно вместе
Сделаем ... вот так.

Опуская руки, играющие останавливаются. Затейник показывает какое-нибудь движение из зимних видов спорта, связанных с коньками: бег конькобежца, вращение фигуриста, удар клюшкой и т.д. Дети должны повторить это действие и назвать вид спорта.

Снежная карусель (для детей старшей и подготовительной к школе групп).

Взявшись за руки, дети образуют круг и изображают снежинок, в середине — Лиса. По сигналу взрослого они идут сначала медленно, потом все быстрее и переходят на бег сначала в одну сторону, потом в другую.

После небольшого отдыха игру можно возобновить.

Лиса: Жаль, что время пролетело так быстро! Спасибо вам, друзья, мы так здорово повеселились, многое узнали о видах спорта, связанных с коньками, о правилах поведения на катке! Пришло время прощаться, до скорой встречи!

Станция «Волк»

Персонаж: Волк.

Материал и оборудование: маленькие ворота 2шт., 2 клюшки.

Ход игры на станции

Детей встречает взрослый в костюме Волка.

Здравствуйте, ребята, я Волк. Я очень рад, что вы зашли ко мне в гости. Как же называется ваша команда? *(Ответы детей.)*

Мое любимое занятие-это игра в хоккей. А что вы знаете про хоккей? Сейчас мы проверим ваши знания, отгадайте для начала загадки:

Шайбу здесь вовсю гоняют,
И в ворота все бросают.
Здесь на поле лед везде,
Рады мы такой игре!

(Хоккей)

Он играет на коньках,
Клюшку держит он в руках.
Шайбу этой клюшкой бьет.
Кто спортсмена назовет?

(Хоккеист)

Бегаёт от клюшки к клюшке,
Что же это за старушка?

(Шайба)

На поле лед, забор вокруг,
И нарисован в центре круг.
По полю носится народ,
Как-будто ищет выход-вход.
Для шайбы здесь два входа.
И что это?

(Ворота)

Палка в виде запятой,
Гонит мяч перед собой.

(Клюшка)

Волк: Молодцы, ребята, все загадки разгадали. Сразу видно, что тоже любите хоккей, как и я. 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 рассмотрим настоящую одежду хоккеиста:

- Что одевает хоккеист на голову? (шлем с защитной маской) (капы - вставляют в рот, чтоб защитить зубы от попадания шайбой). (показ)
- Какая ещё одежда есть у хоккеиста? (спортивный свитер и трусы, ракушка, рейтузы или хоккейные гетры.)
- Что одето на руках? (перчатки - краги и налокотники) (показ)
- Что одето на ногах? (коньки; шитки, они защищают колени и голень от попадания в них шайбой и от удара клюшкой соперника)
- А, на груди у хоккеиста защитный нагрудник.

- Ребята, а для чего нужна хоккеисту вот такая защитная одежда?

(Если дети затрудняются ответить, помогаю)

- Но сначала хоккеист надевает на себя нательный костюм! Потому что все то, что мы с вами перечислили, на голое тело не оденешь. Можно грубыми вещами натереть на теле большие мозоли.

А теперь, хочу с вами поиграть.

Эстафета «Хоккей» (для детей старшей и подготовительной к школе групп).

Тех, кто смелей,

Кто быстрее и храбрей,

Приглашаем в игру

Под названием «хоккей».

Участвуют две команды, у первых игроков клюшка и шайба. По сигналу игроки оббегают ориентиры, ведя шайбу клюшкой и забивают гол. Возвратившись на место, передают эстафету. Выигрывает команда, первой закончившая пробег.

Эстафета «Перенести из обруча в обруч шайбы» (для детей старшей и подготовительной к школе групп).

Дети становятся за линиями старта в колонны по одному. На расстоянии 6-8 м от линий старта, лежат обручи. Около первых игроков на линии старта, лежат обручи с шайбами по количеству детей. По сигналу ведущего игроки берут по одной шайбе из обруча, добегают до второго обруча, кладут шайбу в него и возвращаются обратно. Передают эстафету вторым в колоннах игрокам. Вторые и следующие игроки выполняют аналогичные действия. Побеждает команда, быстрее выполнившая задание

Берегись, заморожу! (для детей средней группы)

Все играющие собираются на одной стороне площадки. «Убегайте, берегитесь, догоню и заморожу!»,— говорит Волк. Дети бегут к противоположной стороне площадки, чтобы спрятаться в «доме».

Игровое упражнение «Пришла зима» (для детей средней группы)

/дети и Волк встают в круг, выполняют движения в соответствии с текстом/

Стали белыми дома,

Значит, к нам пришла зима.

/дети, взявшись за руки, идут по кругу/

Всё кругом белым-бело,

Много снега намело.

/делают руками плавные движения сверху вниз/

Мы – за санки,

И гулять.

Зимой весело играть!

/парами двигаются по кругу: первый участник руки отводит назад, второй берётся за руки/

Волк:

Ребята, смотрите, сколько выпало снега! Давайте слепим снеговика.

Игровое упражнение «Лепим снеговика»

Лепим мы снеговика:

/идут друг за другом по кругу, каждый имитирует, что катит ком снега/

Шляпу, нос, глаза, бока.

/дотрагиваются до головы, носа, глаз, хлопают по бокам/

Вышел славный снеговик

/качаются из стороны в сторону, переступая с ноги на ногу/

Он не мал и не велик.

/делают «пружинку», руки на поясе 2 раза/

/ведущий собирает снеговика, используя бутафорские части, ставит их друг на друга/

Волк: Здорово повеселились! Спасибо, что в гости ко мне зашли. Вот ваш маршрутный лист.
Счастливого пути!