

**ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ  
МЕРОПРИЯТИЯ НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ  
ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО  
ВОЗРАСТА**

**1. ОСЕННИЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-  
ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ**



## 1.1. СОРЕВНОВАНИЯ «ПО ТРОПАМ ИНДЕЙЦЕВ» ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

**Цель:** создание условий для полноценной двигательной активности детей на свежем воздухе

**Задачи:**

1. развитие посредством двигательных заданий, игр и эстафет двигательных навыков, логики, памяти, внимания, наблюдательности;

2. формирование представлений о традициях и быте племени индейцев;

3. воспитание личностных качеств: честности, смелости, сострадания, настойчивости, справедливости, целенаправленности, взаимопомощи.

**Оборудование и инвентарь:** бревно, 2 веревки для метания, 2 тарелки, бананы по кол-ву детей, 2 гим. скамейки, шарф, 2 мышки, острые копыя – 5 штук гим. палка, 7 штук кубиков, тоннель, плоскостные круги, 2

змеи, 2 дуги, 2 веревки  
длинна 2,5 м, ремонт  
лодок -10 штук, детали  
разной формы на  
липучках, 2 острые  
стрелы.

### **Ход мероприятия:**

*В начале  
соревнований племена  
приветствуют друг  
друга разными  
способами.*



### **Инструктор по физической культуре:**

А вы хотите отправиться в путешествие? *(Ответы детей)*. В Южной и Северной Америке до сих пор проживают индейские племена.

*(Из вигвама появляется индеец Зоркий глаз)*

**Зоркий глаз:** Более пятисот лет назад к берегам Южной Америки прибыли корабли из Испании. Командовал ими Христофор Колумб. Он надеялся, переплыв Атлантический океан, попасть в страну сокровищ - Индию. Поэтому сначала испанцы решили, что доплыли до

Индии, и местных жителей назвали индейцами. Потом поняли, что это не Индия и что они открыли неизвестные земли,



но слово «индейцы» так и осталось. Чтобы не путать, о ком идет речь, жителей Индии называют *индийцами* или *индусами*, а представителей коренных народов Америки - *индейцами*.

**Индеец Белый Клык** (инструктор по физической культуре): Сейчас мы пойдем через джунгли, и нас на каждом шагу будут подстерегать опасности: ядовитые змеи, дикие звери, пауки. Нам нужно найти поляну, где мы сделаем привал.

### **Разминка «Через джунгли»**

*Участники хором проговаривают слова и выполняют движения.*

Чтоб поляну нам найти,  
Джунгли надо нам пройти.

*Ходьба обычным шагом.*

Ноги выше поднимаем,

По траве густой шагаем.  
*Ходьба с перешагиванием через кубики.*  
Спинки мы свои согнем,  
Под кустами проползем.  
*Подлезают под дугами.*  
Впереди лежит змея,  
Она спит, шуметь нельзя!  
На носочках мы пойдем,  
Через змею перешагнем.  
*Спокойная ходьба.*  
Впереди журчит ручей,  
Идем по камешкам скорей  
В пещере темной мы идем,  
За ней поляну мы найдем.  
*Тоннель высотой 1м*

Участники соревнований выходят вместе с индейцем **Зоркий глаз**, ищут поляну для состязаний, повторяют движения за индейцем. Дети смотрят вдаль, приставляя ладонь ко лбу, издавая различные звуки.  
*(Заходят на спортивную площадку)*

Ветки слегка расступились, перед воинами открылась поляна состязаний. Нам нужно настроиться на боевой лад -

сконцентрировать внимание. Здесь мы проведем соревнования между племенами.

Знакомство с советом старейшин. Старейшины раздают по одному амулету командам, после каждой эстафеты команды получают монеты, которые нанизывают на амулет, в конце соревнований подсчитываются, и подводится итог.

Построение, название команды, девиз.

### **Зоркий глаз:**

А вот **анаконда** - гигантский удав, который большую часть времени проводит в воде, - жители Амазонии часто держат у себя в жилище, чтобы она уничтожала мышей, крыс и даже других змей.

*Белый Клык проводит эстафета «Анаконда»*

#### **1. Эстафета «Анаконда»**

Игроки встают в колонну друг за другом, садятся на корточки, руки кладут впереди стоящему игроку и так двигаются, огибая кегли до ориентира, вожак ловит крысу и возвращаются назад.

**Зоркий глаз:** Когда отряды испанцев добрались до очень большой реки, они

вступили в сражение с племенем воинственных женщин. Испанцы называли их амазонками. В мифах Древней Греции так называли женщин-воинов. Поэтому испанцы реку называли *Амазонка*. Она широкая и глубокая, как море. Все земли, через которые течет река, называют Амазонией. Течет Амазонка в джунглях, где человека на каждом шагу подстерегают опасности: пауки, лягушки, кровососущие насекомые, дикие звери, ядовитые змеи.

Воды самой реки тоже очень опасны - там водятся крокодилы, а еще рыбы *пираньи*, у которых трехгранные зубы. Живут эти хищные рыбы стаями, стаями и нападают. Даже раненый крокодил спешит убраться подальше от пираний, которые, почуяв кровь, преследуют его, и через минуту от животного остается только один скелет.

*Белый Клык проводит п/и «Пиранья».*

## **2. П/и «Пиранья»**

У этой рыбешки зубки  
Почище любой мясорубки!  
И только такая прелесть,  
Зевая, откроет челюсть,

С криком «Спасайтесь, пираньи!»

Бежит все живое с купанья.

Выбирается «Пиранья» из команды противника, после слов «Бежит все живое с купанья», «Пиранья» догоняет игроков (1 минута). Затем меняются местами. Подсчитываются пойманные, получают очки.

### **Зоркий глаз:**

Внимание на экран  
(знакомство с индейской лодкой)

Белый Клык  
проводит эстафеты  
«Пирога», «Осмотр  
лодок», «Ремонт лодок», «Поплыли».



### **3. Эстафета «Пирога»**

На середине спортивной площадке стоят две скамейки («лодки»). Нужно проверить, нет ли в них течи.

#### **«Осмотр лодок»**

В колонне по одному дети выполняют осмотр вокруг скамеек.

#### **«Ремонт лодок»**

В колонне по одному дети выполняют осмотр лодки, участники передвигаются



сначала по правому борту лодок, а после разворота - по левому, придерживаются за скамейку левой рукой, а правой «конопатят щели, замазывают смолой дыры» приклеивают черный кружочек. Теперь лодки в порядке, можно переплывать.

### «Поплыли»

Все дети занимают положение, сидя верхом на скамейке, сохраняя дистанцию. Выполняют различные гребковые движения «веслами»: пока вождь не скамандует **«Осторожно, камни»** По команде вождя **«Камни!»** все дружно поднимают руки и ноги вверх, удерживая некоторое время равновесие на скамейке. Эстафета считается законченной.

*Белый Клык проводит эстафету  
«Накорми обезьянку»*

### 4. Эстафет а «Накорми обезьянку»

Участвуют две команды по 10 человек, в каждой две подгруппы. Пятеро играющих встают около тарелки с



«бананами», остальные находятся на расстоянии двух метров от них. Первый участник бросает игроку напротив кольцо на веревочке. Тот ловит его, и привязывает к веревке банан. Первый игрок накручивает веревку на палочку, подтягивает кольцо к себе, вынимает банан, кладет его на большое блюдо, стоящее перед обезьянкой, и передает кольцо следующему игроку. Побеждает команда, которая первой доставит бананы на блюдо обезьянке.

*Белый Клык проводит эстафету «Метание копья»*

**5. Эстафета «Метание копья»**

Участники (по одному от каждой команды) бросают копье через веревку, натянутую на высоте 1,5 м от пола, на дальность

**Зоркий глаз:** Внимание (*показ иллюстрации – завал тропических деревьев*)

**6. Эстафета «Завал пальмовых деревьев»**

Дети перелезают через бревно (модули), конец которого лежит на полу, а другой

поднят на высоту 1 м. Под другим бревном, опущенным до 50 см от пола, (подлезание боком)

*Белый Клык проводит эстафету для капитанов*

### **7. Эстафета для капитанов «Острые стрелы»**

Племена строятся шеренгами друг напротив друга, капитаны берут копьё острым наконечником, ставят на ладонь одной руки, придерживая другой. Убирая руку, капитан (вождь) должен сохранить равновесие копья на ладони, переступая в сторону его падения.

*Команды исполняют индейский танец.*

*Награждение.*

## **1.2. КВЕСТ-ИГРА «В ПОИСКАХ СОКРОВИЩ» ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

**Цель:** создать условия для развития физических качеств: быстроты, выносливости, ловкости, ориентировки в пространстве.

### **Задачи:**

1. всестороннее развитие детей по различным направлениям (физическому, познавательному и социально-коммуникативному);
2. создание положительного эмоционального настроения;
3. побуждение к познавательно-исследовательской деятельности путем решения проблемных ситуаций;
4. расширение кругозора.

**Оборудование и инвентарь:** запись саундтрека из к/ф «Пираты Карибского моря» К. Баделът, Х. Циммер, презентация, соответствующая вступительному слову ведущего, песня «Нормальные герои», муз. Б. Чайковского, сл. В. Коростылева.

Зеленые «островки» - подушки, медальоны с изображением шхуны 12 шт., косынки 12 шт., сталактиты, сталагмиты, наскальные рисунки, ветки, палки, красные стопы и ладошки, зеленые ладошки, кочки, мешочки 12 шт., кокосы, пальмами, африканские животные и птицы, песок, малярные кисточки, стремянка, шкатулка, стрелки, пальма, шкатулка с драгоценностями, пиратская шхуна, шоколадные монетки, карта на крокодиловой шкуре, драгоценности.



### **Ход мероприятия:**

**Инструктор по физ. культуре.**  
Здравствуйте, ребята! Хотите услышать интересную историю?

*Рассказ сопровождается просмотром слайдовой презентации.* Случилась она очень давно. Капитан пиратского судна «Черная каракатица», предчувствуя свой последний

час, в знак благодарности за долгую и верную службу отдал своим матросам карту сокровищ, нарисованную на коже крокодила. Они решили плыть к этому месту.

Но как только на горизонте появилась заветная полоска земли, среди корсаров начался нешуточный бой за карту. И так как каждый старался только для себя, она была разорвана на множество небольших кусочков.

Жестокая охота за ней продолжалась бы еще долго, но внезапно, словно в наказание за жадность, на шхуну налетел жуткий шторм, и через несколько часов корабль затонул недалеко от берега.

Большая часть команды погибла в бурных водах. А что же случилось с картой? (ответы детей) Одни ее кусочки остались в воде, а другие были затеряны или припрятаны уцелевшими корсарами на суше. Оставшиеся в живых пираты пытались разыскать части злополучной карты и собрать ее, но ни у кого это так и не получилось.

С тех пор прошло немало времени, и до наших дней дожили лишь два пирата – Билл и Джек.

Постаревшие и ослабевшие, они уже не в силах самостоятельно добраться до клада, но только они знают, где нужно его искать! Встретиться бы им друг с другом.

*Презентация заканчивается. Звучит запись саундтрека из к/ф «Пираты Карибского моря» К. Бадельт, Х. Циммер.*

*Из-за кулис с противоположных сторон появляются пираты.*

*Некоторое время они разглядывают друг друга, потом, узнав, здороваются, используя своеобразный ритуал приветствия, обнимаются.*

**Джек:** Здравствуй, Билл! Тысяча чертей! Сколько же мы с тобой не виделись? Как поживаешь?

**Билл:** Мое почтение, Джек! Да-а-а! Мы с тобой уж лет 100 не виделись...

Веришь, рад тебя видеть, лысая твоя голова! Надоело скитаться

по свету в одиночестве. А ты помнишь про карту сокровищ?

**Джек:** Я не просто помню, а даже знаю, где ее искать. Да ведь и ты знаешь! Может, объединимся и найдем карту и клад? У меня и корабль есть, стоит в гавани. Как отыщем клад, сразу на нем уплывем.

*(Занавес открывается, участники квеста видят шхуну под парусом.)*



**Билл:** Я, конечно же, согласен. Но ты же понимаешь, что силы у нас уже совсем не те, что были тогда. Нам бы команду набрать из ловких, проворных, смышленных матросов.

**Джек:** Открой шире свой единственный глаз и посмотри. (Показывает на сидящих детей.)

**Билл** *(смотрит в подзорную трубу):* Ты прав! Из этих юнцов можно набрать подходящих помощников.



**Джек:** А я себе выберу не только сильных и умных, но тех, кто не боится плавать, кто не испугается морской пучины.

*(Пираты набирают себе команды (по желанию детей): Билл одевает на шею своим матросам косынки, а Джек – медальоны с изображением ихуны. Дети строятся в две колонны за своими пиратами).*

**Билл:** Тогда становитесь на разминку! Надо посмотреть, на что вы способны.

**Инструктор по физ. культуре.**  
Приглашает детей на разминку и проводит её.

Упражнения, напоминают движения волн, лазание по мачтам, греблю на веслах, различные способы плавания.

**Билл:** Давай разделим наши усилия. Мы отправимся вглубь острова (*спортивная площадка*), а вы будете искать в пещере (*участок группы №7*). А потом, если повезет, найти все части карты, встретимся снова и отыщем клад.

**Джек:** Вперед, к приключениям и сокровищам! Встречаемся через 15 минут на спортивной площадке.

*Участники команд расходятся одеваться: одни идут на участок группы №7, другие – спортивную площадку.*

Игровые действия разворачиваются одновременно в обоих блоках.

***Прохождение квеста на участке группы №7 «Пещера»***

Пират Джек

«Пещера» украшена пиратской символикой: флажками-растяжками, наклейками, сталактиты, сталагмиты, наскальные рисунки и т. д.

*Джек ведет свою команду в Пещеру (спортивная площадка) проход в который оформлен в виде «болота» с проложенной через него «тропой» из деревянных кочек и массажных зеленых ладошек.*

**Джек:** Чтобы попасть в Пещеру, прохождение тоннеля на четвереньках. Чтобы не упасть в пропасть, нам передвигаться можно только ногами по кочкам, а руками – по зеленым ладошкам. И ни в коем случае не наступайте на красные ножки и ладошки. Это следы тех, кто упал в пропасть... Смелее, за мной!

*Джек первым преодолевает «тропу». Дети по очереди идут за ним и входят в Пещеру. Звучит запись песни «Нормальные герои», муз. Б. Чайковского, сл. В. Коростылева.*

**Джек:** Здесь, видно, произошел обвал и преградил нам вход в пещеру. Надо срочно разобрать завал. Заходи по одному!

### ***1. Эстафета: «Разберем завал»***

Дети разбирают завал камней, стоя в шеренги, передавая камни из рук в руки. Под камнями будет находиться кусок карты.

**Джек:** Молодцы, быстро справились! (Проходят дальше). Надо бы посмотреть, что это за странный сундук и нет ли в нем чего-нибудь интересного.

*(Дети поднимают контейнер и обнаруживают на его днище часть карты.)*

**Джек:** У нас уже есть две части карты, но этого мало. Мы находимся в пещере, а в ней, как правило, очень холодно и темно. Что вам потребуется для того, чтобы согреться, обсохнуть и .....

**Дети:** Ветки, палки из бумаги пламя.

### ***2. Эстафета: «Полоса препятствий»***

Прохождение моста (скамейка узкая),  
перепрыгивание через ров (мат).

**Джек:** Эй, вы тут забыли кое-что. Да  
это же карта!

**Дети:** Ура-а-а!

**Джек:** Вы мне начинаете нравиться, и  
поэтому я скажу вам одну очень важную  
вещь, которая поможет отыскать  
недостающие части карты. Настоящего  
кладоискателя отличает любопытство.

Он готов заглядывать в любую щель,  
подмечать все странности, чтобы найти то,  
что ему нужно. Посмотрите вокруг. Может,  
ваши внимательность и любопытство будут  
вознаграждены?

**Джек:** Я обнаружил что-то похожее на  
клад. Смотрите, что это за сундук?

*Показывает на небольшую шкатулку,  
запертую на замок.*

Но он закрыт. Нужен ключ. Если мы его  
найдем, весь клад достанется только нам и не  
придется ни с кем делиться.

### **3.Эстафета: «Найди ключ»**

Дети начинают искать ключи и пробуют  
открыть ими замок. Ключи развешаны по

всему участку и каждый надо проверить. Наконец, им удастся открыть сундук, в котором они находят очередную часть карты.

**Джек:** А у вас неплохо получается! Видно, я не ошибся в своем выборе. Но радоваться пока рано. Песок-то очень сыпучий. Копаешь в одном месте, а другое в это время прячется под холмиком. Но я облегчу вашу работу. Берите в руки кисточки, которыми обычно пользуются археологи на раскопках, и представьте себя охотниками за древностями!

#### ***4. Эстафета: «Раскопки»***

В двух пластиковых контейнерах с песком под несколькими слоями «обманок» спрятаны кусочки карты сокровищ. Количество слоев должно быть равно числу игроков. Дети аккуратно малярными кисточками расчищают пласты.

**Джек:** Ну, теперь-то мы легко доберемся до сокровищ, если, конечно, нашим товарищам удалось найти свои части карты. Надо поспешить к ним навстречу. Свистать всех наверх!

(Дети выходят из пещеры (*веранда на участке*), затем, вновь преодолевая «болотную тропу», поднимаются в музыкальный зал, неся с собой все найденные



кусочки карты сокровищ.)

*Прохождение квеста на спортивной площадке.*

*«Пират»*

*Билл со своей командой входит на спортивную площадку (уголок леса на территории детского сада), украшенный пальмами, африканскими животными и птицами.*

**Билл:** Тысяча чертей! Мы в джунглях! Вы помните, нам предстоит разыскать утерянные части карты сокровищ. Вы готовы?

**Дети:** Да!

**Билл:** Как жарко в джунглях! Посмотрите, вокруг много пальм и лиан, а попить нечего. Может быть, вы знаете, какое растение в джунглях может утолить жажду?

**Дети:** Кокос!

**Билл:** Точно! Как же я забыл! А вот и кокосы! (*Показывает на непрозрачные воздушные шары, подвешенные на шведской стене*). Представляете, однажды в кокосе мы нашли золотую серьгу местного индейца. А вы не желаете проверить эти кокосы?

### ***1. Эстафета: «Кокосы»***

Дети по очереди залезают на шведскую стенку, снимают оттуда по одному шару с записками, спускаются с ним, а затем по команде Билла резко садятся на шары так, чтобы они лопнули. В одном из «кокосов» игроки находят часть карты.

### ***2. Эстафета: «Полоса препятствий»***

Дети по очереди преодолевают полосу препятствий. Для этого используются гимнастические скамейки, туннели, пирамида. На некоторых спортивных снарядах прикреплены «обманки» и часть

карты, которую игроки обнаруживают в конце прохождения полосы.

**Билл:** Конечно! Каждый пират должен уметь вязать узлы. Вы знаете, какие узлы самые надежные?

**Дети:** Морские!

**Билл:** Правильно. Их непросто не только завязывать, но и развязывать. Я обнаружил тут интересную гирлянду. (Показывает на матерчатые мешочки, подвязанные узлами на длинной бельевой веревке.) Помню, что некоторые из нас, пиратов, хранили в таких мешках самое ценное. Посмотрим, что здесь есть!

### ***3. Эстафета: «Морские узлы»***

Дети развязывают мешочки (их количество должно соответствовать числу игроков). Во многих из них – «обманки», и лишь в одном находится часть карты.

**Билл:** А у вас неплохо получается! Видно, я не ошибся в своем выборе. Но радоваться пока рано. Есть задачи в жизни намного сложнее. Например, сосчитать звезды на небе, найти иголку в стоге сена или карту в песке. Песок, очень сыпучий.



Копаете в одном месте, а другое в это время прячется под холмиком. Но я облегчу вашу работу. Берите в руки кисточки, которыми обычно пользуются археологи на раскопках, и представьте себя охотниками за древностями!

#### **4. Эстафета: «Раскопки»**

В двух пластиковых контейнерах с песком под несколькими слоями «обманок» спрятаны кусочки карты сокровищ. Количество слоев должно быть равно числу игроков. Дети аккуратно малярными кисточками расчищают пласты.

**Билл:** Прекрасно! Мы собрали все потерянные когда-то в джунглях части карты. Осталось встретиться с Джеком и его командой. Все за мной, в кают-компанию!

*Команда Билла входит в музыкальный зал. Пока команда Джека не поднялась в «кают-компанию», они смотрят по видеопроектору фильм «Пираты Карибского моря».*

**Билл:** Ребята, а вы не обратили внимания, что на берегу был еще один сундук, и я его с собой прихватил. Посмотрим, что в нем?

*Открывают сундук, достают сок из тропических фруктов и раздают детям сок в праздничных стаканчиках. Затем появляются игроки команды Джека.*

**Билл:** Джек, моя команда нашла много интересного! А вам удалось что-нибудь выловить в соленых волнах?



**Джек:** Ты не поверишь, мои матросы

преодолели все испытания, проявив отвагу, ловкость, смекалку, внимательность. Мы раздобыли вот это! *(Показывает найденные части карты).*

**Билл:** Ура! Теперь карта сокровищ наша!

**Джек:** Билл, а ты узнал кожу, на которой она нарисована? Это же тот

крокодил, которого мы поймали в дельте Нила. Да, мы тогда славно поохотились...

**Билл:** Давайте же быстрее соберем карту.

(Дети складывают на полу части карты, затем прикрепляют ее на магнитную доску.)

**Билл:** А что здесь изображено?

*Все участники квеста рассматривают карту.*

**Джек:** На ней явно что-то зашифровано. Смотрите-ка, здесь нарисованы пальмы, болото и морские волны. Где-то это я все видел?

**Дети:** У нас в детском саду!

**Джек:** Билл, дружище! Нам с тобой сказочно повезло: мы не только смогли найти карту сокровищ, но и место, где зарыт клад. Ура! Мы у цели!

**Билл:** А где же обозначено место клада?

**Джек:** По всей карте нарисованы какие-то стрелки...

Дети смотрят на стрелки и догадываются, что все они указывают на музыкальный зал.

**Билл:** Значит, клад здесь?!

*Дети начинают искать клад в зале. На пальме Билл находит странную записку и читает ее.*

**Билл:**

Где кокосы, и бананы,  
И большие обезьяны,  
Растут пальмы там и тут –  
Край тот джунглями зовут.

*Все игроки отправляются в «джунгли» по стрелочкам и идут в группу №5.*

**Билл:**

В пасть к удаву загляните,  
Там подсказку отыщите!

*Джек достает записку из игрушечного удава и читает ее.*

**Джек:**

Там, где выдают питание,  
Вы получите задание!

*Дети вместе с пиратами «входят в пищеблок» и находят очередную подсказку среди пустых кастрюль и чайников на полках.*

**Билл:**

А следующее задание

Ищи в кают-компании (физкультурно-музыкальный зал).

*Участники квеста вновь поднимаются в музыкальный зал и, внимательно осмотрев «пиратскую шхуну», обнаруживают последнюю подсказку.*

**Джек:**

Знайте, клад запрятан там,  
Где живет гиппопотам,  
Где болото и лягушки,  
Рыбы плавают в кадлушке.

*Дети вместе с пиратами подходят к аквариуму, но ничего там не находят. Джек, внимательно осмотрев подсказку, дочитывает ее.*

**Джек:**

Вы пойдете от воды  
И найдете там следы.  
По следам скорей идите  
И сокровища найдите!

*Игроки находят следы, ведущие под лестницу, и обнаруживают там большой ларец.*

**Билл:** Ура! Свистать всех наверх! Как делить будем? По-честному или поровну?

**Джек:** Каждый получит свою долю: юнгам – пиастры, а нам – драгоценности. Согласны?

**Дети:** Да!

**Билл и Джек (хором):**

Ну, прощайте!

*Пираты, забрав из ларца шкатулку с «драгоценностями», убегают. Дети получают угощение в виде шоколадных монет.*

**Инструктор по физической культуре.**  
Угощайтесь, ребята! Наши приключения закончились. Пора возвращаться в группу.

### **1.3. ТУРСЛЕТ «РУССКИЙ ЭКСТРИМ» ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

**Цель:** поддержание интереса к туризму в форме прогулки с элементами развлечения.

**Задачи:**

1. приобретение навыков ориентировки на местности, умение разбираться в карте, схеме маршрута;
2. воспитание чувства товарищества, взаимопомощи;

3. Укрепление дыхательной системы, опорно-двигательного аппарата.

**Оборудование и инвентарь:** верёвка – 20 метров, карабин, обручи (лабиринт) – 5 штук, дрова, спички, секундомер – 2 шт., карточки с изображением лекарственных растений, аптечка, вода, котелок, картофель, рыба, приправа (перец, соль, лавровый лист).

**Ход мероприятия:**

**Инструктор по физической культуре:**  
Добрый день, уважаемые гости! Добрый день всем, кто вместе с нами на турслёте «Русский экстрим». Прежде чем начать турслёт, ответьте мне на такой вопрос: вы знаете, кто такой турист? Это путешественник. Турист путешествует по родной стране, по другим городам и странам. Правда, наши ребята пока сами не могут путешествовать по другим странам. Но зато они могут совершать туристические походы по нашей природе, по лесам и паркам. Правильно?

Итак, в программе турслёта принимают участие:

1. Команда «Синие» детского сада № 208, капитан команды – Ф.И.

2. Команда «Красные» детского сада № 13, капитан команды – Ф.И.

– Команды! Равняйся! Смирно!  
Капитаны команд, представьте свои команды!

## **1. ПРЕДСТАВЛЕНИЕ КОМАНД**

**Инструктор по физической культуре:**  
сценарий турслёта разработан и приближен к экстремальным ситуациям. Здесь нужно быть не только внимательным, но и владеть техникой передвижения, лазания, перелазания, взаимовыручки, осмысления и обдумывания каждого шага в преодолении, чтобы не сорваться и не подвести товарищей по команде.

*К месту каждого этапа команды добираются по карте, на которой указана очерёдность преодоления дистанции.*

## **2. ПРОХОЖДЕНИЕ ЭТАПОВ КОМАНДАМИ**



## **1. Полоса препятствий**

1. «Мышеловка» - тоннель из горизонтально расположенных реек. Под ним необходимо проползти, не задевая реек головой.

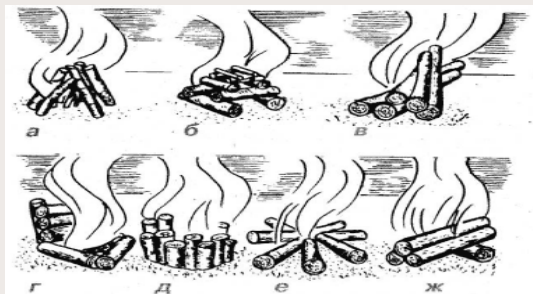
2. «Бревно». Бревно перекинуто через небольшой обрыв. Над бревном на уровне груди ребёнка натянута верёвка диаметром 10 мм. Это «гибкие» перила, за которые можно держаться, передвигаясь по бревну боком.

3. «Бабочка». Верёвки натянуты не параллельно друг другу, а под углом друг к другу.

4. Лабиринт из обручей – тоннель из вертикально расположенных обручей, в которые подлезать нужно боком.

## **1. Станция «Жаркая»**

**Ведущий.** Назовите виды костров на иллюстрации, объясните их применение, сложите один из них (отмеченный галочкой).



## 2. Станция «Лекарственные растения»

Решение проблемной ситуации 1. В результате загадочных обстоятельств продукты питания исчезли. Можно ли обойтись без продуктов питания? Если да, то каким образом?

Решение проблемной ситуации 2. Во время похода бывают разные ситуации: кто-то нечаянно поранился, кого-то ужалила пчела, у кого-то ушиб. А аптечки у нас нет. Отберите травы, которые можно использовать при порезах (листья крапивы и чистотела).

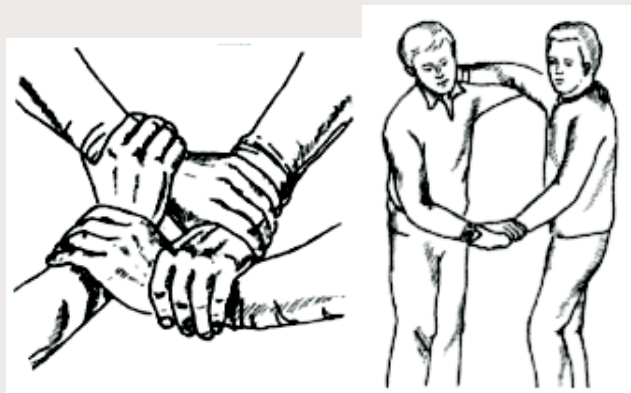
Отберите травы, которые могут помочь при ушибах и укусах насекомых. (Измельченные листья подорожника).

## 3. Станция «Топографическая»

Участникам предлагается найти все топографические знаки на карте и расшифровать их. За каждый правильно расшифрованный топографический знак команда получает 1 балл.

#### **4. Станция «Медицинская помощь»**

Задание: перебинтовать «ушибленное» место и перенести пострадавшего любым способом.



#### **5. Станция «Лесная кухня»**

**Ведущий.** В походе очень важно вкусно и разнообразно питаться.

## ЭСТАФЕТА «ПРИГОТОВЛЕНИЕ УХИ»

Участники команды поочередно переносит продукты на расстоянии 2-4 метров для приготовления «ухи»:

1. переноска котелка;
2. переноска воды, выливание ее в котелок;
3. переноска картофеля (2 штуки),
4. очистка и нарезка в котелок;
5. переноска лука (1 штука),
6. очистка и нарезка в котелок;
7. переноска рыбы (1 банка консервов);
8. переноска приправ (перец, соль, лавровый лист).

### 1. Станция «Весёлая»

*Исполнение и инсценировка туристической песни. Как пример приводится песня Ю.Чичкова «Музыкант-турист»*

На плечах рюкзак тяжелый,  
Но турист не унывал,  
Музыкант-турист веселый

Шел и песню напевал.

*Припев:*

Все смеялось, улыбалось –

Солнце, небо и земля,

У туриста получалось:

«Тра-ля-ля...»

Пели сойки и синицы,

Расходились - не унять.

Человеку эти птицы

Помогали сочинять.

*Припев.*

Наш турист руками трогал

Голубые облака,

И была ему дорога

Удивительно легка.

*Припев.*

#### **1.4. ПРАЗДНИК «ИГРЫ НАРОДОВ СИБИРИ» ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

**Цель:** популяризация народных игр Сибири среди детей дошкольного возраста на свежем воздухе;

**Задачи:**

Развивать через игру физические качества: силу, ловкость, смелость, смекалку.

Воспитание толерантности, интереса к культуре других народов;

Создание благоприятного микроклимата, доверительных отношений между детьми;

Через игру приобщать детей к традиционной народной культуре;

Прививать доброе, уважительное отношение к другим народам;

### **Предварительная работа:**

1. Выпуск стенгазеты «Учимся играя»;
2. Оформление книжек-малышек народных игр «Играем вместе»
3. Ознакомление детей с русскими народными играми и народов Сибири;
4. Разучивание считалок, жеребьевок, закличек;
5. Изготовление атрибутов к народным играм;

### **Ход мероприятия:**

*Детей встречают зазывалы, трубят в дудочку, бьют в барабан, звучит русская народная музыка).*

**Зазывала 1:** Здравствуйте дети! В нашем празднике поучаствовать, не хотите ли?

**Зазывала 2:**

Проходите без стеснения!

Билетов не надо.

Предъявите только нам  
веселое настроение!

**Воспитатель:**

Ой, что это за честной народ здесь собрался?  
Что за праздник будет тут, кто бы догадался?

**Зазывала 1:**

Здравствуйте, детишки.

Девчонки и мальчишки.

**Зазывала 2:**

Спасибо, что мимо не прошли.

К нам на праздник зашли.

**Зазывала 1:**

Проходите, не стесняйтесь.

Удобнее располагайтесь.

## Инструктор по физической культуре:

Мы живем с вами в Сибири. Кто знает, какие народы живут в Сибири? *Ответы детей.*

Каждый народ придумывает множество игр. Игры развивают ловкость, гибкость, силу, и к тому же заставляют проявлять смекалку. Народные игры отражают образ жизни народа и его быт. В них много шуток, задора.

Между высоких гор, в бескрайней сибирской тайге раскинулось величайшее в мире озеро – Байкал – славное сибирское море. Неизвестной и

загадочной страной была Сибирь в давние времена – дикая, студеная, суровая. Немногочисленные племена бурят кочевали по сибирским просторам между могучими сибирскими реками Ангарой, Енисеем, Селенгой.



## Зазывала 2:



Какие вы все ладные да нарядные.

Катюшка-Катюшка  
златовласая девчушка.

**Зазывала 1:**

А Андрюша-молодец.

**Зазывала 2:**

А Кирюша-удалец!

**Зазывала 1:**

И татары и башкиры,  
и чувашаи и мордва.  
Сибирячки удалые  
Все пожалуйста сюда.

**Зазывала 2:**

Всех мы рады сегодня видеть,и праздник  
открывать пора!

**Инструктор по физ.культуре:**

Подождите.

Нас на праздник пригласили  
И совсем не пояснили,  
Что за праздник будет тут.  
Объяснения гости ждут.

**Зазывала 1:**

Праздник наш не простой  
Праздник игр и хороводов,  
Которые никогда

Не выйдут из моды  
И пусть девчонки и мальчишки,  
Вся озорная детвора  
Сегодня скажут громко-громко,  
Да здравствует игра.

**Инструктор по физической культуре:**

Пусть наши команды в игре проявят свою ловкость, меткость, быстроту. В соревнованиях принимают участие 2 команды: подготовительные группы «Лилии», «Ромашки».

*Команды произносят название, девиз.*

Подготовительная группа «Ромашки» - команда «Оленята».

Девиз:

**Мы – достойные ребята!**

**Быстрые как Оленята!**

**Пришли сегодня побеждать,**

**А ну попробуй нас догнать.**

Подготовительная группа «Лилии» - команда «Баргузин»

**Зазывала 2:** *(вместе)* Собирайся народ, становись в хоровод. *(Звучит народная музыка)*

**Инструктор по физической культуре.**

русская народная игра «**Жмурки с колокольчиком**»

*Мы идем, идем, идем.  
Колокольчик не берем,  
Жмурка, жмурка ты беги,  
Колокольчик догони.*

*Подводятся итоги, подсчитывают  
сколько попало, сколько осталось  
играющих, раздаются монгольские монетки.*

**Зазывала 1.** Жилищем бурят служила войлочная юрта. Как гласит преданье, триста лет назад. Встретились в Сибири русский и бурят.

*Инструктор по физической культуре  
проводит игру.*

### **1. Бурятская народная игра «Юрта»**

В игре участвуют четыре подгруппы детей, каждая из которых образует круг по углам площадки. В центре каждого круга



стоит стул, на котором повешен платок с национальным узором. Взявшись за руки, все

идут четырьмя кругами переменным шагом и поют:

Мы, веселые ребята,  
Соберемся все в кружок.  
Поиграем, и попляшем,  
И помчимся на лужок.

На мелодию без слов ребята переменным шагом перемещаются в общий круг. По окончании музыки они быстро бегут к своим стульям и натягивают его над головой в виде шатра (крыши), получается юрта.

*Правила игры. С окончанием музыки надо быстро подбежать к своему ориентиру и образовать юрту. Выигрывает группа детей, первой построившая юрту*

*Подводятся итоги, раздаются монгольские монетки.*

## **Зазывала 2**

Основой хозяйственной деятельности тофаларов является оленеводство и охота.

*Инструктор по физической культуре проводит игру.*

## **2. Тофаларская игра «Олени и пастухи»**

Все игроки – пастухи, на головах у них атрибуты, имитирующие олени рога. Двое ведущих – пастухи – стоят на противоположных сторонах площадки, в руках у них маут (картонное кольцо или длинная веревка с петлей). Игроки – олени бегают по кругу гурьбой, а пастухи стараются накинуть им на рога маут. Рога могут имитировать и веточки, которые дети держат в руках.



**Правила**  
**игры.** Бегать надо легко, увертываясь от маута. Набрасывать маут можно только на рога. Каждый пастух

сам выбирает момент для набрасывания маута.

*Подводятся итоги, подсчитывают сколько попало, сколько осталось играющих, раздаются монгольские монетки.*

**Зазывала 2:** Приглашаем детвору на веселую игру!

**Зазывала 1:**

А кого не примем,  
за уши поднимем!  
Уши будут красные,  
До чего прекрасные!

*Инструктор по физической культуре  
проводит эстафету.*

### **3. Эстафета «Бег в снегоступах»**

Играющие делятся на две команды и стоят за чертой. У каждой команды по одной паре снегоступов.

По сигналу воспитателя (взмах флажком) ведущие каждой команды в снегоступах бегут к флажкам, поставленным заранее на противоположной стороне площадки, каждый огибает свой флажок и бежит обратно, отдает снегоступы следующему игроку команды. Победителем считается та команда, которая раньше закончит бег.

**Правила игры.** Игра проводится по принципу эстафеты. Передавать снегоступы можно только за чертой. Огибая флажок, нельзя задевать его.

*Подводятся итоги, подсчитывают сколько попало, сколько осталось играющих, раздаются монгольские монетки.*

*Подсчет монеток. Подведение итогов. Награждение.*

#### **4. Эвенкийская игра «Шаман»**

Играющие ходят по кругу и выполняют разные движения. В центре круга – водящий. Это белый шаман – добрый человек. Он становится на колени и бьет в бубен. Получивший бубен должен повторить в точности ритм, проигранный водящим.



**Правила игры.** Если получивший бубен неправильно повторит ритм, он выходит из игры.

## 2. ЗИМНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ



### 2.1. РАЗВЛЕЧЕНИЕ «ЗИМНИЕ ЗАБАВЫ» ДЛЯ ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

**Цель:** создание условий для оздоровления организма детей посредством выполнения физических упражнений на свежем воздухе.

**Задачи:**

1. совершенствовать двигательные умения и навыки при



выполнении детьми основных движений.

2. развивать ловкость, внимание, координацию движений через подвижные игры.

3. воспитывать доброжелательное отношение детей друг к другу.

**Оборудование и инвентарь:**

кукольные санки, куклы, пластмассовые снежинки, вырезанные из поролона снежки, корзины для снежков, рукавички, обручи.

**Предварительная работа:** подготовка игровой площадки; беседа с детьми о признаках зимы, зимних забавах; подготовка оборудования.

*Беседа с детьми перед выходом на прогулку*

**Воспитатель:**

- Дети, вспомните, какое сейчас время года?

Ответы детей.

**Воспитатель:**

Наступила зима. Выпало много снега.  
Можно поиграть и повеселиться. Вы готовы к  
зимним забавам?

Ответы детей (да).

**Воспитатель:** (*загадки от Снеговика*)

- Но сначала я хочу, ребята, проверить,  
насколько вы внимательны и как много знаете  
про зиму. Сейчас мы с вами поиграем в игру  
«Доскажи словечко».

С неба тихо, как во сне, падает на землю  
(**снег**)

И летят пушинки – белые ...  
(**снежинки**)

На дорогу, на лужок тихо падает ...  
(**снежок**)

Словно в белый пуховик нарядился ...  
(**снеговик**).

На дороге, посмотри – с красной  
грудкой... (**снегири**)

А какие зимние забавы вы знаете?

*Ответы детей.*

**Ход мероприятия:**

*Снеговик встречает детей на игровой  
площадке*

**Снеговик:**

Здравствуйте, ребята!  
Снеговик я озорной,  
Веселый и хорошенький!

Ну а нам некогда скучать,  
Скорее нужно праздник начинать.

- А теперь пора  
проверить,  
какие вы  
ловкие, да  
быстрые. Надо  
разделиться на  
2-е команды.



*Воспита*

*тель помогает детям разделиться на две  
команды.*

### **ЭСТАФЕТА «ПРОКАТИ КУКЛУ»**

Каждой команде необходимо прокатить куклу на санках до флажков и обратно вернуться к своей команде, передать санки следующему участнику команды, который продолжит эстафету.

### **ЭСТАФЕТА «СНЕЖИНКА»**

Первый участник кладет снежинку на ладонь, вторую руку нужно спрятать за спину. Поворачивается вокруг себя, после

этого передает снежинку на ладонь следующему игроку. Какая команда быстрее?

### **ЭСТАФЕТА «ПОПАДИ В ЦЕЛЬ»**

Ребята из разных команд по одному подходят к черте и метают снежок в корзинку, воспитатель ведёт подсчёт очков, подводит итог конкурса.

### **Инструктор по физической культуре:**

Старались все. Молодцы!

### **ЭСТАФЕТА «ГОРЯЧАЯ РУКАВИЧКА»**

Команды стоят в колонну по одному, по сигналу стартуют, передавая рукавицу друг другу по цепочке. Последний игрок прибегает с рукавичкой к Снеговика. Игра повторяется 2 раза.

### **ЭСТАФЕТА «ПЕРЕПРАВА ПО ЛЬДИНАМ»**

Команды располагаются за стартовыми линиями. По сигналу дети передвигаются в сторону финиша по «льдинкам», переходя из одного обруча в другой (можно нарисовать круги мелом на веранде). Выигрывает команда, быстрее всех закончившая переправу с одного берега на другой.

**Снеговик:**

Мне хочется отметить, что ребята дружные, ловкие, весёлые!

### **ПОДВИЖНАЯ ИГРА «ЗИМА»**

Участники игры ходят по кругу.

Сигнал «Снег» - кружатся на месте, руки вверх.

Сигнал «Вьюга» - бегут.

Сигнал «Сугроб» - приседают.

### **Снеговик:**

Все играли, веселились. Не устали, а взбодрились. Какие все молодцы. Вот сколько забавных игр можно провести зимой. Понравилось вам? А теперь еще одна зимняя забава, которую больше всего любят дети – катание с горки. Все идем на горку!

## **2.2. «МИР СПОРТИВНЫХ ПРЕДМЕТОВ» ДЛЯ ДЕТЕЙ ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЫ**

**Цель:** создать условия для укрепления здоровья детей, создания у детей бодрого, радостного настроения.

### **Задачи:**

1. пробуждать интерес детей и к занятиям физкультурой;

2. закреплять двигательные умения и навыки (быстроту, ловкость, внимание, смелость);

3. воспитывать уважительное отношение к соперникам.

**Оборудование и инвентарь:** клюшки, санки по количеству детей, коробки синего, красного цвета, картинки спортивных предметов: клюшка, шайба, санки, ворота, ледянки, коньки, лыжи, кегли 10 шт.

**Предварительная работа:** просмотр видео фильма «Хоккей для настоящих мужчин»

**Постановка задачи** (приемная):

Отправимся в мир спортивных предметов. Сборы у главного входа по сигналу в свисток.

На рукав завязать красные, синие ленточки, так детей разделим на 2 команды.

**Ход праздника:**

**1 ЧАСТЬ:**

Вот мы и собрались, пора отправляться в путь, мир спортивных предметов. Ходьба быстрым шагом, затем ходьба по стрелочкам и следам вокруг детского сада.

## **Участок 10 группы**

Какие спортивные предметы вы знаете?

Если затрудняются показать предметные картинки.

Рассматривание предметов: клюшка, шайба, санки, ворота, ледянки, коньки, лыжи и т.д.

Ответы детей.

А почему эти спортивные предметы называют полезными?

Ответы детей.

### **2 ЧАСТЬ:**

Основные движения (выполняют все вместе)

а) Метание в вертикальную цель.

Подвешенные коробки синего, красного цвета в них рисунки или предметы в синей коробке клюшка или шайба, в красной коробке санки. Дети должны догадаться, чем они будут заниматься в дальнейшем, и разбиться на 2 группы (девочек и мальчиков).

Команда мальчиков выполняют задание 10 мин.

**ПЕРЕДАЙ ШАЙБУ.**

Дети распределяются на пары и становятся с клюшками в руках напротив друг друга на расстоянии 2-3м. Не сильным, плавным движением они перебрасывают шайбу друг другу так, чтобы она скользила по снегу и попадала точно на клюшку партнеру.

### **СБЕЙ КЕГЛЮ**

На линии ворот ставят несколько кеглей. Дети шайбой стараются попасть в кеглю и сбить её с расстояния 3-4м. Можно установить кол-во очков за кеглю. Поспешите, но не сбейте

В игре участвует несколько команд по 3-4 игрока. Играющие располагаются у стартовой линии. Перед каждой командой на одинаковом расстоянии друг от друга расставлены кубы, кегли или флажки на подставке (4-5 штук). По сигналу: «Марш!» - один из игроков каждой команды с помощью клюшки шайбой обводит первый флажок справа, второй слева и т.д. Если во время бега кто-либо собьет флажок, то он должен аккуратно поставить его на место и только тогда продолжает бег.



Игра заканчивается, когда все играющие вернутся на исходные позиции, выполнив игровое задание. Команда, собравшаяся первой, считается победительницей.

## **ХОККЕИСТЫ**

Ребята делятся на две команды по три - четыре человека. Одна команда красная, другая синяя. На левом рукаве у детей повязаны ленточки соответствующего цвета. Игроки одной команды передают друг другу



шайбу, стараясь забить её в ворота противника. Другая команда мешает им это сделать, перехватывает шайбу и сама идет в наступление. Каждый раз, когда кому-

нибудь из играющих удастся забить шайбу в ворота его команда получает очко. Выигрывает та команда, которая наберет большее кол-во очков. В награду она получает приз – вырезанную из куска дерева

фигурку хоккеиста. Приз становится переходящим, команды борются за него в течение всей зимы. Взрослый может взять на себя роль судьи, он регулирует двигательную деятельность детей, подавая сигналы с помощью свистка. Это повышает интерес детей к игре.

Команда девочек выполняют задание 10 мин.

### **УСПЕЙ ПЕРВЫМ** (с санками)

Двое-трое санок расставляют параллельно друг другу на расстоянии примерно 2-3 шагов. Ребята становятся каждый рядом со своими санками справа или слева, в зависимости от условия задания. По сигналу взрослого дети оббегают каждый свои санки и стараются как можно быстрее вернуться на исходное место. Для разнообразия и усложнения задания при



повторении можно ввести дополнительные задания: вернувшись в исходную позицию, повернуться лицом к санкам и присесть, опираясь о санки руками, либо сесть на санки.

### **ГОНКИ САНОК** (с санками)

Ставят санки на одну линию, садятся на них верхом, опустив ноги на землю. По сигналу воспитателя: «Вперед!» — передвигаются на санках до обозначенного ориентира (сугроба, флажков, снежного вала и т. п.), отталкиваясь ногами.

### **БЫСТРЫЕ УПРЯЖКИ** (с санками)

На линии старта дети выстраиваются по трое у одних санок. По команде: «Старт!» — один садится на санки, а двое берутся за веревочку и везут санки до финиша. Какая упряжка окажется быстрее? При повторении дети меняются ролями.

### **НА САНКИ!**

Санки расставляют на одной стороне площадки по числу на одни меньше, чем играющих. Дети произвольно бегают, кружатся на другой стороне площадки. Как только воспитатель произнесет: «На санки!»,

надо быстро добежать до санок и сесть на них. Опоздавший остается без места.

Построение в 2 колонны.

Выбор детьми игр по атрибутам.

ПИ «Ловишка со снежками»,  
«Ловишки-Елочки», «Ляпка», «Ровным  
кругом друг за другом»

### **ЛОВИШКИ-ЕЛОЧКИ**

Дети произвольно располагаются на площадке, ловишка стоит в середине. По сигналу: «Раз, два, три — лови!» — все разбегаются по площадке, увертываются от ловишки. Ребята стараются выручать друг друга, так как ловишке нельзя запятнать тех детей, которые станут лицом друг к другу и, вытянув руки в стороны вниз, будут изображать елочку.

### **ЛОВИШКИ СО СНЕЖКОМ**

Невысоким снежным валиком обозначается круг диаметром 4-5 м. В нем собирается группа играющих. Водящий становится на расстоянии 2-3 м от круга, на этом расстоянии он может передвигаться вдоль круга. В руках у него корзинка со снежками. По сигналу воспитателя ловишка

старается снежком попасть в кого-нибудь из увертывающихся в кругу детей. Воспитатель следит за тем, какой по счету снежок окажется метким и ловишка запяtnает им одного из игроков. Игра повторяется 2-3 раза, после этого новый ловишка.

Подведение итога занятия: синие – не понравилось, красные - понравилось, зеленые – хочется продолжения.

#### **«Ледяные кружева»**

Воспитатель заранее вместе с детьми готовит разноцветные льдинки — синие, красные, зеленые. Из них дети на утоптанном снегу выкладывают разноцветные мозаики, узоры. Потом они выясняют, у кого получился самый интересный и красивый рисунок.

### **2.3 ЯРМАРКА ЗИМНИХ ИГР И ЗАБАВ ДЛЯ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ С УЧАСТИЕМ РОДИТЕЛЕЙ**

**Цель:** создать условия для развития интереса к зимним видам спорта посредством проведения эстафет и конкурсов на свежем воздухе.

**Задачи:**

1. способствовать созданию условий для обеспечения охраны здоровья детей, их полноценного физического эстетического развития и формирования здорового образа жизни;

2. совершенствовать двигательные умения и навыки в технике ведения шайбы клюшкой, ориентироваться в пространстве;

3. развивать у детей внимание, выносливость, силу, быстроту, чувство уверенности в себе;

4. воспитывать дружеские отношения друг к другу, чувство товарищества, взаимовыручку. Доставить детям радость, удовольствие от двигательных действий.

**Оборудование и инвентарь:**

хоккейные ворота, корзинки, ёлки – 2 шт., «снежинки», «шары» по 5 шт., «метёлки – щётки» - 2 шт., санки - 2 шт., клюшки – 2 шт., шайбы – 2 шт., лыжи, «снежный ком» - 2 шт., дуги 2 шт., «камни» для кёрлинга – 2 шт., канат, музыкальное сопровождение, костюмы

**Предварительная работа:**

1. Красочное оформление спортивной площадки.

2. Привлечение родителей к организации развлечения.



### **Ход мероприятия:**

(главный вход)

#### **1 Скоморох:**

Внимание! Внимание!

Начинаем народное гуляние!

Торопись честной народ

Вас сегодня праздник ждёт.

#### **2 Скоморох:**

Уважаемые зрители!

Чудеса увидеть, не хотите ли?

Ярмарка - представление

Покажет свои умения!

#### **1 Скоморох:**

Мы зовем на праздник всех,

Пусть звучит повсюду смех,

Что вы взрослые стоите?

Все в саду у нас равны.

У ребят сегодня праздник,

Веселитесь же и вы!

**2 Скоморох:**

Итак, все собрались, все здоровы?

Бегать, прыгать вы готовы?

Ну, тогда не ленись,

Друг за другом повернись,

И за мной поторопись!

*Дети и родители «змейкой» проходят за скоморохом на спортивную площадку и выстраиваются буквой «П».*

**1 Скоморох:**

Девочки - Внимание!

Мальчики - Внимание!

Есть для вас одно,

Весёлое задание.

У ворот, у ворот к нам стучится Новый год!

*Инструктор по физической культуре проводит эстафету.*

**1 эстафета «Наряди ёлку»**, участвуют родители с детьми

Каждая команда получает снежинки и по сигналу наряжает свою ёлку. Команда,



нарядившая ёлку первой, является победителем.

## **2 Скоморох:**

Видели мы все не мало,  
Но такого не бывало –  
Поиграем мы с метлой  
Не простой, а заводной!  
Музыкальная игра «Заводная метла».  
Я весёлый скоморох, на своей метле  
лечу.

Хочешь, покатаю вас? Да, конечно же,  
хочу!

*(Дети по очереди присоединяются к скомороху и двигаются змейкой).*

## **1 Скоморох:**

Покатались мы на славу,  
Никого не потеряли.  
Посоревнуемся с метлой  
Не простой, а заводной!

## **Инструктор по физической культуре:**

**2 эстафета** «Кёрлинг» участвуют родители с детьми

Каждая команда получает по «метёлке-щётке» по сигналу первый участник начинает разметать дорожку, передаёт «метёлку-щётку» следующему игроку, завершающий игрок загоняет «камень» в ворота. Команда, загнавшая первая «камень» в ворота, является победителем.

### **1 Скоморох:**

Тех, кто смелей,  
Кто быстрее и храбрей,  
Приглашаем в игру  
Под названием **«Хоккей»**.

Сейчас команда клюшку возьмёт  
И шайбу в ворота успешно забьёт!

*Инструктор по физической культуре  
проводит эстафету.*

### **3 эстафета «Забрось шайбу в ворота»**

В эстафете участвуют родители с детьми. Каждому участнику команды (по очереди) нужно провести шайбу клюшкой и постараться забросить её в ворота. Выигрывает команда, которая забросила большее количество шайб.

### **1 Скоморох:**

Санки быстро мчатся,  
Ветру не угнаться!  
Что ж, санки ставим вперёд,  
Не пропустите только поворот!

*Инструктор по физической культуре  
проводит эстафету.*

#### **4 эстафета «Гонки санок»**

В эстафете участвуют родители с детьми. Родители обвозят девочек вокруг ёлки (по очереди). Команда, закончившая первой, выигрывает.

**1 Скоморох:** Лыжная гонка состоится сейчас!

Вот только беда лыжа куда-то девалась.  
Всего по одной у каждого осталось,  
Но и это для нас не беда!  
Пробежим на одной,  
Мы справимся с трудностью любой!

*Инструктор по физической культуре  
проводит эстафету.*

#### **5 эстафета «Лыжная гонка»**

В эстафете участвуют родители с детьми. Члены команд по очереди должны преодолеть дистанцию на одной лыже. Чья

команда первой выполнит задание, та команда и побеждает.

**1 Скоморох:** Эй, что за народ за Морозом идёт, *(участвуют все дети)*

Эй, что за народ за Морозом идёт,

Эй, что за народ за Морозом идёт?

Дед Мороз, Дед Мороз, ты нам руки не морозь!

2. Эй, что за народ за Морозом идёт,

Эй, что за народ за Морозом идёт?

Дед Мороз, Дед Мороз, ты нам щёки не морозь!

3. Эй, что за народ за Морозом идёт,

Эй, что за народ за Морозом идёт?

Дед Мороз, Дед Мороз, ты нам ноги не морозь!

4. Эй, что за народ за Морозом идёт,

Эй, что за народ за Морозом идёт?

Не морозь и не смотри, нас попробуй, догони!

**2 Скоморох:** А теперь самый приятный момент для всех:

Награждение, радость и смех.

## 2.4. СПОРТИВНОЕ РАЗВЛЕЧЕНИЕ «БЫСТРЫЕ САНКИ» ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

**Цель:** создание условий для укрепления здоровья детей посредством выполнения физических упражнений на свежем воздухе.

### **Задачи:**

1. совершенствовать двигательные умения и навыки при выполнении детьми основных движений.

2. развивать ловкость, внимание, координацию движений через эстафеты.

3. воспитывать доброжелательное отношение детей друг к другу.

**Оборудование и инвентарь:** санки; лыжные палки-4шт; веревка длиной 3-3,5м; кубики (мячи) по количеству детей; конусы-стойки-2шт; короб-2шт; фонограмма любой

русской народной плясовой в исполнении оркестра народных инструментов.

**Предварительная работа:** спортивная площадка украшена разноцветными флажками с изображением санок, изготовленные детьми в мастерской.

**Ход праздника:**

Звучит русская народная плясовая



мелодия. Дети собираются на площадке

**Ведущий:**

Эй, девчонки и мальчишки,  
Озорные шалунишки,  
Вас веселье ждет,  
А кто веселье начнет,  
Догадайся, народ!  
*(Загадывает загадку)*

С метелкой, в шляпе из ведра –  
Директор зимнего двора. *(Снеговик)*

*На площадке появляется Снеговик.*

**Снеговик:**

Здрасьте, здрастьте!

Вот и я!

Заждались, вижу, меня.

Снеговик я, снеговик!  
С детства к холоду привык.  
Я надел кастрюлю ловко.  
Из углей мои глаза.  
Нос мой – красная морковка –  
Моя гордость и краса!  
А скажите мне, ребятки,  
Любите ли вы загадки?

**Дети:** Да!

**Снеговик:**

У меня загадки зимние,  
Не простые – спортивные.

*(Загадывает загадки)*

Две палки, две дощечки.

- Катайтесь, человечки! *(Лыжи)*

По ледяной дорожке

Бегут стальные ножки. *(Коньки)*

Тащим их на горку,

Чтоб устроить гонку. *(Санки)*

*(Дети отгадывают загадки)*

**Снеговик:** Молодцы! Все мои загадки  
отгадали. А теперь давайте соревноваться.

*Дети делятся на две команды и  
занимают места на старте.*

**Снеговик:**

Как на горке, на горе,  
На широком на дворе,  
Кто на санках, кто на лыжах,  
Кто повыше, кто пониже.

С горки – ух!

На горку – ух!

Бух!

Захватывает дух!

### **Эстафета «Кто быстрее»**

Один участник команды садится на санки, второй берется за веревку. По сигналу пары мчатся до стойки, меняются местами и мчатся обратно. Передают эстафету следующей паре. Побеждает та команда, которая первая закончит эстафету.

### **Эстафета «На санках с лыжными палками»**

Первые участники команд садятся на санки, берут лыжные палки. По сигналу участники продвигаются до стойки, слезают с санок, оббегают стойку, обратно бегом с санками и палками, передают эстафету следующему участнику. Побеждает та команда, которая первая закончит эстафету.

### **Снеговик:**



А теперь проявите старание:  
Проверю ваши математические знания!  
В снег упал Сережка,  
А за ним – Алешка.  
А ним – Иринка,  
А за ней – Маринка.  
А потом упал Игнат.  
Сколько на снегу ребят!(5)  
*(Ответы детей)*

**Снеговик:** Какие вы умные!

**Эстафета «Перевези кубики (мячи)»**

Около команд стоят пустые короба. У стоек стоят короба с кубиками (мячами). Каждый участник команды бежит с санками до стоек, берет один кубик (мяч, кладет в санки и бежит обратно к пустому коробу, кладет в него кубик (мяч, передает эстафету следующему участнику. Побеждает та команда, которая первая закончит эстафету.



**Снеговик:**

Пусть февраль гудит ветрами,

Щеки холодом румянит.  
Ну и пусть! Мы не боимся,  
В санки чудные садимся!

**Эстафета «Саный поезд»**

Несколько санок связывают вместе.  
Часть участников команды садятся на санки, а  
остальные участники тянут «поезд» к стойки.  
У стойки участники меняются местами и  
возвращаются обратно. Побеждает та  
команда, которая первая закончит эстафету.

**Ведущий:**

Любезный Снеговик,  
Ты с нами поиграл,  
Но только с ребяташками  
Еще ты не плясал!

**Снеговик:**

Топочите веселей,  
Валенки с галошами!  
Снеговик я озорной,  
Веселый и хорошенький!

*Снеговик танцует под русскую  
плясовую, дети повторяют движения за ним.*

**Снеговик:**

Вот как весело мы с вами станцевали!  
Здорово посоревновались!

Вот вам мои подарки! *(Награждает детей медалями)*

Весело с вами, но мне пора,  
До свидания, детвора!

**Дети:** До свидания, снеговик! Приходи к нам в гости еще!

*(Снеговик уходит)*

*Дети уходят в группу.*

## **2.5. ЗИМНИЕ СОРЕВНОВАНИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

**Цель:** пропаганда здорового образа жизни, популяризация зимних видов спорта.

**Задачи:**

1. закреплять зимние виды спорта;
2. развивать физические качества: ловкость, скорость, умение выполнять спортивные упражнения;
3. способствовать физическому развитию детей, их силе, быстроте, ловкости;

4. способствовать развитию у детей соревновательных качеств, чувства взаимовыручки, поддержки.

**Оборудование и инвентарь:** лыжи-снегоступы, бутафорская винтовка, боб, шайбы с клюшками, ворота, гимна РФ, аудиозапись песни «Трус не играет в хоккей»; слайдовая презентация.

**Ход мероприятия:**

*Болельщики входят в зал под спортивный марш и занимают свои места, под бурные аплодисменты входят участники соревнований.*

**Инструктор по физической культуре:**

На дворе зима, зима

Заморозила дома.

На деревьях иней,

Лед на речке синий!

Бегут ребята на каток,

С горы на санках мчатся.

Скрипит снежок...

*Входит Медведь.*

**Инструктор по физической культуре:**

Здравствуй, Мишка дорогой,

Олимпийский талисман!

Очень рады, что на праздник

Ты успел сегодня к нам!

**Медведь:** Здравствуйте, ребята.

**Инструктор по физической культуре:**

И мы сейчас

Начнем соревноваться!

Все собрались?

Все готовы?

Бегать и играть готовы?

Ну, тогда подтянись,

Не зевай и не ленись!

**Инструктор по физической культуре:**

Здравствуйте, мальчишки и девчонки.  
Сегодня у нас спортивный праздник зимних видов спорта, а какие будут эстафеты вы узнаете, когда посмотрите презентацию.  
Внимание на экран.

**Инструктор по физической культуре:**

Скажите, ребята, с чего мы начинаем наши соревнования?

**Дети:** С разминки.

**РАЗМИНКА «ЗИМНИЕ ВИДЫ СПОРТА»** *Медведь под музыку проводит разминку, изображая зимние виды спорта.*

**Инструктор по физической культуре:**

Да, веселая у нас получилась разминка. Ну, а теперь начинаем наши соревнования.

*Приветствие команд.*

**Инструктор по физической культуре:**

Равняйся, смирно! На поднятие флага стоять смирно! *(Болельщики и участники соревнований встают, звучит гимн РФ).*

*Далее дети произносят Клятву.*

Клянемся быть честными, к победе стремиться,

Рекордов высоких клянемся добиться!

**Дети.** Клянемся! Клянемся! Клянемся!

**Инструктор по физической культуре:**

Разрешите представить членов судейской коллегии.

**Инструктор по физической культуре:**

А сейчас проведем эстафеты.

**1. ЭСТАФЕТА «БИАТЛОН»** *(показ слайда с изображением биатлона.*  
*Инструктор по физической культуре*

*спрашивает ребят, какой это вид спорта.  
Дети отвечают.)*

**Медведь:**

Да, ребята, биатлон.  
Это длинный марафон –  
Бег на лыжах со стрельбой.  
Среди бега – прямо в бой!  
По мишеням из винтовки,  
Да во всей экипировке,  
Надо цели все сразить!  
Плюс – осилить марафон.  
Двадцать километров он!  
Сила воли там нужна,  
Да и глаз, как у орла...

**Инструктор по физической культуре:**

А сейчас проведем следующую эстафету.

*Участникам эстафеты выдаются  
лыжи-снегоступы, бутафорская винтовка;  
участники проходят скользящим шагом до  
ориентира, снимают винтовку и  
приступают к стрельбе; для стрельбы  
используются мячи маленького размера; для*

того, чтобы не было штрафных очков, необходимо 3 попадания из 4.

## 2. ЭСТАФЕТА «БОБСЛЕЙ»

**Медведь:** Бобслей - скоростной спуск с гор на управляемых санях (бобах) по специально

оборудованному ледяному желобу, зимний

командный вид спорта, один из самых скоростных и опасных видов.



### **Инструкто**

**р по физической культуре:** Команды делятся на тройки. Два игрока берут боб за веревки. В боб садится ездок и крепко держится за борта. На линии эстафеты устанавливаются 2-3 кегли (крутые виражи, между которым предстоит пройти участникам и вернуться к команде)

**3. ЭСТАФЕТА «ФИГУРНОЕ КАТАНИЕ»** (команды выполняют задание по очереди, сначала одна команда выполняет, затем другая).



*Медведь (с показом).* Фигурное катание - зимний вид спорта, в котором спортсмены перемещаются на коньках по льду с выполнением дополнительных элементов, чаще всего под музыку. Бывает женское одиночное катание, мужское одиночное катание, парное катание, а также спортивные танцы на льду.



*Дети сначала разбиваются на пары, под музыку выполняют элементы фигурного катания. Музыка играет, дети катаются по залу произвольно, музыка замолкает – дети смотрят на экран и выполняют то движение, которое на экране. (парное катание). Затем дети выступают как одиночники (одиночное катание).*

**4. ЭСТАФЕТА «ХОККЕЙ С ШАЙБОЙ»** (Аудиозапись песни «Трус не играет в хоккей»)

**Медведь:** Хоккей с шайбой - спортивная игра, в которой участвуют две команды. Игроки каждой команды, передают шайбу клюшками.

Тех, кто смелей, кто быстрее и храбрей,  
Приглашаем в игру под названием  
ХОККЕЙ.

Сейчас мы все вместе по клюшке  
возьмем

И шайбу в ворота  
успешно забьем

**Инструктор по  
физической культуре:**

Игрокам необходимо  
шайбу забросить как  
можно больше раз в  
ворота соперника и не  
пропустить в свои.

Побеждает та команда, которая забросила  
наибольшее количество шайб в ворота  
соперника.

*Эстафета проходит командами  
поочередно на время. Участвует  
одновременно вся команда, на воротах стоит  
«вратарь» команды соперника. Выигрывает*



*та команда, которая забросила наибольшее количество шайб в ворота соперника.*

### **Хоккей**

Словно рыцари в  
доспехах,

На коньках. Не на конях!

Их оружие не копья –

Клюшки в мастерских  
руках.

Пулей шайба пролетает

Через поле до ворот.

Взгляд за ней не успевает,

А вратарь их отобьет.

Все в команде друг за друга!

Все дружны и сплочены!

Вот бы мне такого друга

Мировой величины...



### **5. ЭСТАФЕТА «ЛЫЖНЫЕ ГОНКИ»**

- гонки на лыжах на определённую дистанцию по специально подготовленной трассе среди лиц определённой категории.

#### **Медведь: Бег на лыжах**

Прочертим мелом дорожку для каждой команды по 2 линии. Линии чертим зигзагами, чтобы они, то удалялись, то

сближались. На старт выходят первые участники: в руках у них гимнастические палки (лыжные). По сигналу игроки бегут, ставя ноги только на прочерченные линии (лыжню) до финиша и обратно. Эстафетной палочкой будут «лыжные» палки.

***Главный судья:***

Очень долго мы гадали  
Самых лучших выбирали.  
Но не знали, как нам быть  
Как ребят нам наградить?  
Все вы были молодцами  
И отважны, и честны,  
Этот смел, а тот удал,  
Этот силу показал.  
Для спортсменов в этом зале  
Кто сегодня выступал  
Олимпийские медали,  
Олимпийский пьедестал!

*Награждение команд. Вручение медалей*

***Медведь:***

Все ребята молодцы,  
Очень постарались!  
Честно и отважно вы соревновались!  
Заслужено все получили награды,

Вы все – победители Олимпиады!

*Звучит гимн РФ.*

***Инструктор по физической культуре.***

К спуску флага РФ приготовиться, всем  
стоять смирно, флаг опустить. Команда-  
победитель опускает знамя.

***Медведь.***

Со спортом будем мы дружить

И нашей дружбой дорожить.

И станем сильными тогда,

Здоровыми, умелыми

И ловкими и сильными!

Желаем вам, друзья всегда,

Быть сильными спортсменами,

Ведь только спорт поможет вам

Здоровыми быть, смелыми!

*Исполняется спортивный танец.*

***Инструктор по физической культуре.***

Ну, вот и выявили победителей,

Скажем спасибо судьям и зрителям.

Спортсменам — новых побед!

А всем — спортивный ...

***Дети.***

...привет!

## **2.6. ПРАЗДНИК МАСЛЕНИЦЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С УЧАСТИЕМ РОДИТЕЛЕЙ**

**Цель:** сохранения традиций русского народа через игры и забавы, мотивирование к систематическим занятиям физической культурой и ведению здорового образа жизни.

### **Задачи:**

1. ознакомить детей с возможными забавами с валенками на улице;
2. мотивировать к личным достижениям и командной работе; развивать физические качества;
3. формировать основы здорового образа жизни, патриотизма, уважение к истории и национальным традициям русского народа.

**Оборудование и инвентарь:** мяч, ворота, скакалка, валенок, веревка или волейбольная сетка.

### **Ход мероприятия:**

#### **Скоморох:**

Все! Все! Все! Все на праздник!

Масленицу встречаем,  
Зиму провожаем,  
Весну закликаем!

**Скоморох:**

Спешите! Спешите!

Подходите все, без стеснения!

Билетов не надо –



Предъявите хорошее  
настроение!

**Скоморох:**

Поторапливайтесь,  
поторапливайтесь

Мы зовём к себе всех,  
Всех кто любит  
веселье и смех,

Игры, аттракционы,  
чудеса из чудес,  
Спешите, времени

осталось в обрез.

**Скоморох:**

Спешите скорей, спешите скорей!

Нет праздника, нашего веселей!

Гостей давно мы ждем-поджидаем,

Масленицу без вас не начинаем.

**Ведущая:**

**Масленица** - это озорное и весёлое прощание с зимой и встреча весны, несущей оживление в природе и солнечное тепло. Люди испокон веков воспринимали весну, как начало новой жизни и почитали Солнце, дающее жизнь и силы всему живому. В честь солнца сначала пекли пресные лепёшки, а когда научились готовить заквасное тесто, стали печь блины.

Древние считали блин символом солнца, поскольку он, как и солнце, жёлтый, круглый и горячий, и верили, что вместе с блином они съедают частичку его тепла и могущества.

Мы сегодня тоже с вами будем встречать масленицу.

Праздник нам встречать пора.

Масленицу сочетать,

К себе в гости зазывать

**Скоморох:** Славный денек!

Будем петь, хороводы водить,

И даже шутить,

И, конечно играть,

И даже плясать!

Друг друга веселить



Весну зазывать!

Масленицу встречать!

**Скоморох:**

Праздник наш мы, конечно, начинаем!

Но прежде, всем-всем здоровья  
пожелаем!

**Скоморох:**

Не хочет зима уходить, ишь какой  
морозец знатный! Чтобы нам не замерзнуть,  
давай поиграем.

**1 станция.**

**«Валенкобол»**

Инвентарь: валенок,  
веревка или волейбольная  
сетка.

Участники

объединяются в команды по 6  
человек и играют в  
пионербол, используя вместо мяча валенок.  
Играют 1 партию до 15 очков. Победитель  
получает 2 жетона, проигравший – 1 жетон.

**Скоморох:**

К нам, сюда! Собирайся, народ!

Сегодня вас интересное ждет!

**Скоморох:**



Игры, забавы, веселье и смех,  
Праздника хватит у нас для всех.

### **2 станция. Игра «Рыбак с валенком»**

Инвентарь: валенок, скакалка.

Играют все дети. Выбирают одного ведущего (рыбака), который крутит валенок, привязанный к скакалке, остальные студенты перепрыгивают через него. Кого заденет валенок, тот выбывает из игры.

**Скоморох:**

Вот забава, так забава.

Еще такого не бывало.

### **3 станция. «Валеножки»**

Инвентарь: по два небольших валенка на каждого участника. В игре участвуют дети, объединённые в пары. По сигналу участники надевают валенки на руки, бегут на руках и ногах до отметки и возвращаться назад. Победитель получает 2 жетона, проигравший – 1 жетон.

**Скоморох:**

Кто окажется ловчее,

За наградой все скорее

### **4 станция. «Закидоны»**

Инвентарь: по одному валенку на каждого участника

В игре участвуют дети, объединённые в пары. Участники берут по одному валенку, встают спиной по направлению к метанию и бросают валенок через голову. Побеждает участник, дальше бросивший валенок. Победитель получает 2 жетона, проигравший – 1 жетон.

**Скоморох:**

Продолжаем мы программу  
Для гостей, друзей, для всех.  
Начинаем панораму  
Удивительных потех!

**5 станция. «Валенок-катанок»**

Инвентарь: валенок, мяч, ворота.

Участник пытается забить валеном мяч в ворота. За каждое попадание участник получает 2 жетона.

**Скоморох:**

Ой, вы гости, люди добрые,  
В деле славные и проворные.  
Продолжаем веселье сегодняшнее.  
Начинаем игрища народные.

**6 станция. «Наваляй другу»**

Инвентарь: валенки, коврик. В игре участвуют дети объединенные, в пары. Стоя на туристическом коврике, родители, ударяя друг друга валенком по туловищу, должны заставить соперника сойти с коврика. Победитель получает 2 жетона, проигравший – 1 жетон.



**Скоморох:**

Широкая Масленица,  
Мы тобою хвалимся,  
На горах катаемся,  
Блинами обедаемся!  
Приди Масленица красная

**Скоморох:**

Масленицу провожаем,  
Весну радостно встречаем.  
Блинами угощаем  
И чучело сжигаем.

*Скоморохи приглашают всех участников пить чай с блинами. Блины покупают за заработанные жетоны.*

### 3. ВЕСЕННИЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ



#### 3.1 ФИЗКУЛЬТУРНОЕ РАЗВЛЕЧЕНИЕ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СОЦИО-ИГРОВОЙ ТЕХНОЛОГИИ «ЦЕНТР ПОДГОТОВКИ КОСМОНАВТОВ ДЛЯ ДЕТЕЙ ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЫ

**Цель:** создать условия для двигательной деятельности детей на свежем воздухе.

**Задачи:**

1. Развивать мелкую моторику рук
2. Закрепить навык вращения обруча на поясе без остановки.

**3.** Развивать воображение и умение переносить знакомые способы и приемы работы в новую творческую ситуацию.

**4.** Воспитывать смелость, решительность и чувство взаимопомощи в выполнении заданий.

**Оборудование и инвентарь:** *декорации* – космос, *атрибуты* – «звезды» с цифрами 3,6,12, мягкие кубики – бшт. зеленого цвета, 6 шт. оранжевого цвета, летающая тарелка – корзина для метания; 4 мата; 4 гаечных ключа, 12 гаек, 2 винта, нетрадиционное оборудование: полотно без отверстия, полотно с отверстием, полотно с 8 отверстиями, полотно для подлезания, перелезания. Мультимедиа-проектор, экран, ноутбук, электронная презентация, выполненная с помощью Microsoft PowerPoint, CD-диски, музыкальный центр.

**Предварительная работа:** чтение книг и рассматривание иллюстраций по космической тематике; знакомство с разделом «Астрономия» в детском атласе «Мир и человек»; изготовление атрибутов для

костюма космонавта из папье-маше, совместное изготовление с воспитателем моделей космических аппаратов из предметов-заменителей.

### **Ход мероприятия:**

*Дети под музыку (Жан Мишель Жан «Попкорн») входят в зал, оформленный в виде центра подготовки космонавтов (на центральной стене – изображение Солнечной системы, в воздухе парят космические корабли, в середине зала висит космическая ракета, сделанная из крупного строительного материала, на 4-х столах представлены макеты планет).*

*Инструктор по физической культуре встречает детей. Вдруг приходит письменное напоминание: «12 апреля – праздник»*

- Ребята, какой праздник отмечает наша страна 12 апреля? *(Дети отвечают: день космонавтики).*

- Какое важное событие произошло в этот день много лет назад? *(Дети отвечают: в космос поднялся первый человек Юрий Гагарин).*

**Инструктор по физической культуре:** Дорогие ребята! Сегодня вся наша страна отмечает великий день начала освоения космоса человеком!

День сегодня не простой,  
Это в мире знает каждый!  
В космос смело полетел  
Человек с Земли отважный!  
Всем в мире хорошо знаком  
Весёлый этот русский парень!  
Он первым в космос полетел,  
Его фамилия -...Гагарин! (*Портрет*

*Гагарина Ю.А.)*

**Голос за кадром:** Внимание!  
Внимание! Говорит центр подготовки космонавтов! Работают все микрофоны. Скоро в межпланетное путешествие отправляется космическая эскадра! Кто желает отправиться в космическое путешествие, должны пройти отборочный тур.

**Инструктор по физической культуре:** - Ребята, хотели бы стать



космонавтами и отправиться в космическое путешествие? (*Ответы детей*)

- А что для этого нужно сделать?

- Все ли желающие могут стать космонавтами? (*Ответы детей*).

***Инструктор по физической культуре:*** Быть космонавтом — это не только почетно, но и очень трудно. Космонавт на борту корабля является пилотом и должен контролировать работу всех систем. Поэтому он должен много знать, много уметь, так как подсказать в космосе некому. А еще надо быть смелым, решительным, настойчивым, иметь идеальное здоровье и огромную физическую выносливость. Прежде чем полететь в космос, космонавты много тренируются, отрабатывают на Земле все то, что им придется делать в космосе.

***Инструктор по физической культуре:*** Ребята, я вас приглашаю в «центр подготовки космонавтов» и предлагаю вам пройти испытания на силу, выносливость, смекалку и проверить сможем ли мы в

будущем полететь к звездам. Вы готовы к таким испытаниям? Выдержите все тренировки? (*Ответы детей*)

**Голос за кадром:** Добро пожаловать! В Центр подготовки космонавтов! Сегодня вашим инструктором по космическим тренировкам будет Светлана Афанасьевна. Космическая тренировка начинается...

**Инструктор по физической культуре:** Отряд, прошу приготовиться для прохождения испытаний перед полетом в космос.



**Громозека:** Межгалактический привет местным жителям! Представлюсь вам сейчас. Я - Громозека, житель далекой планеты! А здесь ведь «Детский сад», я не ошибся планетой? И Светлана Афанасьевна тут? Ну, это же надо! Сколько световых зим! Сколько

световых лет! Вы что здесь делаете? *Дети объясняют Громозеке.*

**Громозека:** Готовитесь к полету? Да это замечательно! Я как раз прослышал о вас по космическим новостям, и решил прилететь к вам в гости! Не возражаете? *(Ответы детей)* Ну, тогда поприветствуем друг друга! На нашей планете все приветствуют друг друга в весёлом танце.

**Громозека:** Какие вы молодцы! А теперь в путь встречаемся через 15 минут в центре подготовки космонавтов (спортивная площадка). *Построение в шеренгу под музыку.*

**Инструктор по физической культуре:** Равняйсь! Смирно! Раз мы находимся в центре подготовки космонавтов, то рассчитываться будем по-новому – «Солнце», «Земля». *(Дети распределяются на 2 команды)*

**Громозека:** А на какую планету вы собираетесь лететь?

Да здравствует неизведанная галактика!

**Громозека:**

На Меркурии живут...

Мер-ку-ри-ри-анцы!  
На Венере там и тут –  
Ве-не-не-ри-анцы!  
Поиграть мы все хотим!  
Мы их тоже пригласим!

***Игра «Меркурианцы и венерианцы!  
Кто как передвигается?»***

Как вы думаете, могут двигаться Мер-ку-ри-анцы, Ве-не-ри-анцы, посоветуйтесь (звучит сигнал, капитаны команд показывают движения).

***Инструктор по физической культуре:*** Проверили вашу настойчивость и выдержку, сообразительность!

***Громозека:***  
Он опасен! Так и знай!  
Поскорее убегай!  
К нам из космоса летит  
Этот вот... (метеорит!)

***2. Игра средней подвижности  
«Метеоритный поток»***



***Инструктор по физической культуре:***

Сейчас мы проверим вашу ловкость и меткость!

*Инструктор по физической культуре объясняет правила игры. Дети в командах совещаются, каким способом они будут выполнять метание. Далее дети подходят к черте, берут «метеорит» (мягкие разноцветные кубики) и строятся в 2 команды по цвету. Под музыку дети берут и бросают в «летающую тарелку» (корзинку), стоящую посередине, любым способом. По окончании игры дети подсчитывают «метеориты» противника. Громозека с любопытством следит за правильностью выполнения заданий.*

***Громозека:*** А я тоже хочу попробовать и проявить ловкость и меткость.

***Громозеке*** дают несколько метеоритов, он кидает и промахивается.

*Громозека (спрашивает у детей):* Что, не попал? Старею, старею...

*Громозека:* А вы знаете, что в космосе могут возникнуть трудности? Ну, улавливаете?

*Инструктор по физической культуре показывает найденную звезду с цифрой 3 и спрашивает у детей: «Что бы это значило?»*  
Дети образуют круг из трех человек.

### **3. Игра «Ремонт в открытом космосе»**

*Инструктор по физической культуре объясняет правила игры.*

*Громозека:* Ребята, вы замечательно справились с этим заданием! Я даже скажу больше: вы гениальные механики!

*Громозека:* Отгадайте мою загадку:

Он чёрен, как ночь!

И звезд в нём не счесть!

Планет и созвездий

В нём множество есть!

Созвездья! Туманности!

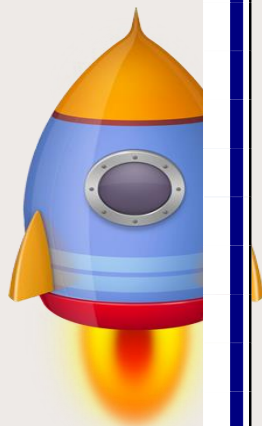
Звёзды! Планеты!

Ответьте скорее, где это? Что это?  
(космос)

**Громозека:** В космосе очень часто нужны слаженные действия всего экипажа. Проверим сейчас ваше умение действовать в команде!

#### **4. Игра «Дружный экипаж»**

*Инструктор по физической культуре объясняет правила игры. В игре используется нестандартное оборудование для перелезания.*



**Громозека:**

**5. Малоподвижная игра** (с использованием полотен):

1. **«Запуск ракеты»** (Полотно без отверстия в центре). Игровое задание: подбрасывания ракеты (мяча) вверх.
2. **«Солнечная галактика»** (Полотно с отверстием в центре).

Игровое задание: прокати, не урони.

Кол-во	игроков	соответствует
количеству	секторов	с отверстиями.

Необходимо прокатывать мяч по центральной части пособия закатить его в один из секторов в сетку.

***Игра «Кто быстрее построит ракету!»***

Каждый бы построить рад  
Этот мощный агрегат,  
Чтоб лететь на те планеты  
(показать на далёкие планеты на экране)  
Надо строить вам ... ракеты!  
Проверяем быстроту и ловкость!

***Голос за кадром:*** Внимание! Внимание!  
Центр подготовки космонавтов сообщает о завершении тренировок.

**Заключительная часть:**

***Инструктор по физической культуре:***

Ну что ж молодцы! Отборочный тур все прошли успешно. Поздравляю вас с зачислением в отряд космонавтов! Ребята, а сейчас я приглашаю вас пройти в конференц-зал (*встреча через 15 минут дети занимают места в конференц-зале*).





*Инструктор по физической культуре.*

Ребята, профессия космонавта имеет международное значение и находится под пристальным вниманием журналистов. Сегодня у нас в гостях был

Громозека.

**Громозека:** Ребята, мне очень понравилось и я хотел бы рассказать о вас в наших космических новостях. Вы ответите на мои вопросы? (Ответы детей). Как прошла тренировка в **«Центре подготовки космонавтов?»** С какими трудностями вы встретились? Что вас удивило? Как вы считаете, вы готовы к полету в космос? Почему вы так считаете? О чем вы расскажите своим друзьям? Хотели вы еще побывать в **«Центре подготовки космонавтов?»** В следующий раз жду вас в гости на нашу планету! До свиданья, друзья!

*Дети под фонограмму звука улетающих космических кораблей уходят из зала.*

## 3.2. ВОЕННО-СПОРТИВНАЯ ИГРА «ЗАРНИЦА» ДЛЯ ДЕТЕЙ ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЫ

**Цель:** Воспитывать чувство патриотизма, любви и уважения к своей Родине.

### **Задачи:**

1. Учить выполнять задание по словесной инструкции.
2. Знакомить детей с тем, что такое схема, карта и умение пользоваться картой.
3. Содействовать полноценному физическому развитию детей, обогащать двигательный опыт.
4. Психологическая подготовка к преодолению трудностей, выработка навыков и способности действовать в экстремальных ситуациях.
5. Создать радостную, торжественную атмосферу праздника.

## **Оборудование и инвентарь:**

План-маршрут (2 шт.), бинты (6 шт), «Колючая проволока» (2\*8 м), зашифрованная секретная телеграмма (ребусы), ключи, почтовый ящик, противогазы, спилы, верёвки, «Мины», групповое знамя (на каждую группу).

## **Предварительная работа:**

1. оформление выставки книг о воинах-героях войны;
2. ознакомление воспитанников с картинами, произведениями поэтов и писателей на военную тематику;
3. организация выставки рисунков о войне;
4. оформление площадки для проведения спортивно-патриотической игры «Зарница».

## **Подготовка:**

1. К смотру и песни с выносом знамени отряда. Музыкальные номера для открытия

игры **«Зарница»** (*ответственные: музыкальные руководители*).

**2.** Из картона и цветной бумаги вырезать погоны и пришить их на плечи к одежде.

(Погоны – это главный атрибут жизнедеятельности участника игры. Если погоны сорваны, значит, убит. Если сорван один погон – значит ранен).

*(ответственные: воспитатели групп)*

**3.** Медперсонал учит детей при проведении диверсий правильно бинтовать головы, накладывать шины.

**4.** Подготовка плохой одежды к кульминации праздника

*(ответственные: воспитатели групп и родители)*

**5.** Маскировка - пользуются углем.

*(ответственные: воспитатели групп)*

**6.** Придумать название отряда, нарисовать отрядное знамя, отрабатывают строевой шаг (*ответственные: воспитатели групп и дети, родители*)

**7.** Сигналы ракетой (петардой)  
*(ответственные: заведующий).*

**8.** Грамоты для всех участников игры «Зарница» (*ответственные: заведующий*)

**9.** Полевая кухня (*ответственные: заместитель по ХР*)

**10.** Изготовление пособий для прохождения полосы препятствий (*ответственные: рабочий по ремонту и комплексному обслуживанию здания*)

**11.** Судьи: родители и воспитатели.

### **Адаптация правил «Зарницы»**

1. Играющие делятся на две команды (в нашем случае это «красные» и «синие»). Команды будут поставлены в равные информационные и территориальные условия, не допускается дисбаланс в соотношении сил. В случае невозможности выполнения этого принципа, применяются компенсационные меры, которые согласуются со всеми играющими сторонами.

2. Роли арбитра берет на себя инструктор по физической культуре, наблюдателей – воспитатели. Арбитр

определяет местоположение лагерей противников (меткой базы является флаг), следит за выполнением правил, ведет подсчет очков, объявляет начало и конец игры, определяет победителя. Наблюдатели исполняют роли «региональщики».

3. Цель обеих команд - захват флага противника. Захват флага знаменует конец игры. Захват флага важен, но победитель будет определен в результате подсчета очков.

4. У каждого из участвующих есть индикатор жизни/здоровья - погоны: каждому человеку наклеиваются или пришиваются по два погона на плечи; у капитана их четыре.

5. Для того чтобы вывести участника из игры, надо сорвать с него погоны.

6. Победитель выявляется по сумме набранных им баллов: за захват флагов, выполнение боевых заданий, убийство противников баллы

начисляются, за нечестную игру - снимаются.

1. захват флага противника -> 50 очков
2. убийство рядового -> 10 очков
3. убийство капитана -> 20 очков
4. выполнение задания -> от 5 до 30 очков

7. «Зарница», как правило, проводится в два дня. В первый день проводится парад-открытие «Зарницы».

### **Ход мероприятия:**

#### **Инструктор по физической культуре:**

Добрый день, дорогие ребята, взрослые и гости детского сада! 9 мая – День Победы, великий праздник, который будут праздновать не только россияне, но и жители других стран. 70 лет отделяют нас от суровых и грозных лет войны. Великая Отечественная война оставила след в судьбах каждой семьи в нашей стране.

#### **1 ребенок:**

День Победы отмечает вся моя страна.

Много лет назад весной кончилась война.  
Воевали за победу русский и грузин,  
Белорус, казах, эстонец, армянин.  
Встали дружные народы на борьбу со  
злом,  
На четыре длинных года позабыв про дом.

### **2 ребенок:**

Много доблестных солдат полегло в бою.  
За семью свою родную, за свою страну.  
Вспомним в Светлый День победы всех,  
кто воевал.  
Кто с фашистами сражался, тот героем  
стал.

*Объявляется минута молчания (звучит  
аудиозапись «Священная война»)*

### **Инструктор по физической культуре:**

Сегодня наша военно-спортивная игра  
«Зарница» посвящается 70-летию Победы в  
Великой Отечественной войне.

Команды, для участия в соревнованиях  
построиться. Командирам отрядов  
приготовиться к сдаче рапортов, доложить о  
готовности. Командиру отряда  
«Севастопольские морячки» сдать рапорт!



**Командир отряда «Севастопольские морячки»:** Отряд равняйся, смирно!

*Командир маршевым шагом подходит к главнокомандующему и докладывает:*  
Товарищ главнокомандующий! Отряд «Севастопольские морячки» к выполнению боевого задания готов! Командир отряда Коптин Вова. Рапорт сдан!

**Инструктор по физической культуре:**  
Рапорт принят!

*Командир отряда «Севастопольские морячки» становится в строй.*

**Инструктор по физической культуре:**  
Командиру отряда «Молодая гвардия» сдать рапорт!

**Командир отряда «Молодая гвардия»:** Отряд равняйся, смирно!

*Командир маршевым шагом подходит к главнокомандующему и докладывает:*  
Товарищ главнокомандующий! Отряд «Молодая гвардия» к выполнению боевого задания готовы, Командир отряда Крицкий Илья. Рапорт сдан!

**Инструктор по физической культуре:**  
Рапорт принят!

*Командир отряда «Молодая гвардия» становится в строй.*

**Инструктор по физической культуре:**

Трудно было нашим солдатам на фронтах войны, но они геройски преодолевали страх, тяжесть и горе потерь. Мы никогда не забудем, тех, кто горел в танках, кто бросался из окопов под ураганный огонь, кто грудью закрывал амбразуру, кто не пожалел своей жизни. Не ради наград, а ради того, чтобы мы с вами могли жить, учиться и быть счастливыми.



*Просмотр видеосюжета «Детям о Великой Отечественной войне»*

**Инструктор по физической культуре:**

Теперь наши команды можно смело назвать небольшими военными отрядами. Товарищи бойцы, ваша задача заключается в том, чтобы найти секретные документы. Разведчики для

каждого отряда нарисовали карту, по которой необходимо будет действовать. Зеленым цветом на карте обозначен старт вашего маршрута. Синим цветом обозначено место, где вы найдете пакет с документами. Стрелками обозначен путь, по которому вам необходимо передвигаться. Схемой обозначены все препятствия на вашем пути. Это задание очень сложное, вам нужно будет преодолеть много препятствий. Вам потребуется мужество, отвага, смелость, решительность для достижения цели. Товарищи бойцы, к выполнению боевого задания готовы? Командирам отрядов получить план маршрута.

### **СТАНЦИИ:**

#### **1. Разведка**

Дети должны на корточках пробраться через коридор, тех, кто не прошел до точки и поднялся, отправляют на старт (коридор оформлен «колючей проволокой», группа №2).

#### **2. Переправа**

Дети должны перелезть через забор, калитку участок группы №6, (препятствия с высотой до груди среднего ребёнка из отряда).

### 3. **Прорыв**

На данной станции детям даётся задание, пройти через прямоугольник отмечен мелом, участок группы №6, которые охраняет воспитатель или родитель с завязанными глазами. Дети, проходя через ворота, должны постоянно издавать звуки. Тот, кого задела, считается пойманным, и за каждого пойманного отряду начисляется штраф.

### 4. **Паутина**

Дети должны преодолеть участок (кольцеброс), группа №6 с натянутыми в хаотичном порядке. Паутину должен пройти каждый играющий, не прошел штрафное очко.

### 5. **Болото**

На этой станции дети должны, прыгая по кочкам, преодолеть болото. Кочки могут быть разных размеров и форм, лежать друг от друга на разном расстоянии. Те дети, которые хотя бы одной ногой наступили мимо кочки,

считаются утонувшими в болоте и должны вернуться к началу станции. За каждого утонувшего начисляется штраф (спилы, группа №11)

#### **6. Переноска раненого**

Среди детей выбирается 1 человек на роль раненого, остальные должны дотащить его очень осторожно до намеченной точки. Если раненого уронили или небрежно несут, то он умирает, и отряд возвращается на начало станции, и выбирается другой раненый. За 1 погибшего на это станции назначается штраф (стол, группа №12).

Вспоминается и нелюбимая всеми «зона заражения», где необходимо было показать умение пользоваться противоголом

#### **7. Ключевая**

На этой станции дети должны подобрать ключ к замку от почтового ящика. Ключи подвешены на нитке, на разной высоте до 2 метров над землёй. Детям говорится, что ключ спрятан где-то на этой территории участок 7 группы. Их задача найти и сорвать его, открыть замок. Учитывается время.

#### **8. Шифровка**

Расшифровать секретную телеграмму. Учитывается время, затраченное на расшифровку.

#### 9. **Сигнальный крест**

Отрядам предлагается из любых материалов выложить на земле сигнальный крест так, чтобы его было видно с «воздуха».

#### 10. **Переправа**

С помощью двух дощечек один человек от отряда должен переправить остальных на «другой берег».

#### 11. **Минное поле**

У отряда есть три попытки для того, чтобы пересечь минное поле участок группы № 10 (кресты на земле).

При прохождении полосы препятствий и минного поля необходимо показать себя в ориентировании в пространстве. Ассистент на станции произносит: **«Вспышка слева, вспышка справа»**, при выполнении этих команд нужно ложиться на землю в нужном направлении, прикрываясь от огня, здесь нужно быть очень внимательным, чтобы не подорваться на mine.

После станций для того, чтобы дети отдохнули, проводится **военная викторина**.

Вопросы детям

1.Какие памятники Великой Отечественной войны есть в вашем городе?

2.Какие улицы в вашем городе названы в честь героев Великой Отечественной войны?

3.Есть ли в вашей семье участники Великой Отечественной войны? Что вам известно о них? Где они воевали или трудились в годы войны? Какие героические поступки совершили?

4.Каких героев Великой Отечественной войны вы знаете? Что можете рассказать об их подвигах?

5. Какие дети – герои, совершившие подвиги в годы войны, вам известны?

6. Какие города-герои вы знаете?

7. Какие книги, рассказы о Великой Отечественной войне вы читаете?

8.Какие фильмы о Великой Отечественной войне вы смотрели?

**13. Найди флаг** (участок группы №4 и 5)

### **Сбор команд (где главный вход)**

Подведение итогов.

Награждение.

### **Инструктор по физической культуре:**

Молодцы, ребята! Вы прошли все испытания, справились со всеми заданиями. А сейчас подведем итоги: победил отряд «.....», им вручается знамя детского сада. Отряду «.....» выражаю свою благодарность за участие в военно-спортивной игре «**Зарница**» и награждаю вас медалями за мужество, отвагу, смелость и решительность.

Парад – закрытие. Знаменует собой окончание игры «**Зарница**». Так же как и на параде открытия, отряды проходят строем, сдают рапорта. После всех награждений объявляется о снятии с режима военного положения и о закрытии «**Зарницы**» (сигнальной ракетой, звуком петарды).

### **Полевая кухня**

*Меню:*

*Каша гречневая с тушенкой*

*Хлеб пшеничный*

*Чай с сахаром-рафинадом.*



### **3.3. СОРЕВНОВАНИЯ «ДЕТСКИЙ САД И СЕМЬЯ» ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С УЧАСТИЕМ РОДИТЕЛЕЙ**

**Цель:** Пропаганда здорового образа жизни, приобщение семьи к физкультуре и спорту.

**Задачи:**

1. Воспитание у детей и родителей положительных эмоций от совместного мероприятия;
2. Развитие морально-волевых качеств, быстроты, силы, выносливости, координационных способностей.

**Оборудование и инвентарь:** столы, кастрюли, тоннель 2 шт., кочки 3 шт., посылка, кегли 10 шт.

**Ход мероприятия:**

**Ведущий:** Добрый день, дорогие гости, подлинные любители спорта, ценители красоты и здоровья! Сегодня у нас праздник семьи. И мы рады приветствовать вас на спортивном семейном празднике «Мы и наши мамы».

**Ребенок:**

Родители такой народ,  
На занятость спешат сослаться  
И вот, чтоб ставить всем рекорды  
И о больницах забывать,  
Над взрослыми в вопросах спорта  
Решили дети шефство взять!

**Ведущая:** В наших соревнованиях  
принимают участие семьи (Представление  
семей)

*Представление судейской коллегии*  
*Приветствие команд (название*  
*команды, девиз)*

**Ведущая:** Внимание! Внимание!  
Предстает соревнование!

Мы сегодня собрались  
Чтоб сравниться силою!  
Ловкостью, умением  
Набраться терпением.

*(стук в дверь)*

**Ведущая:** К нам гость!

**Доктор:**

Проходила мимо и услышала,  
что соревнования хотите вы начать?

Очень рада, но сначала,  
Говоря без лишних слов,  
Одного желанья мало, -  
Каждый должен быть здоров!  
Ну, а все ли вы здоровы  
**Семьи:** Все здоровы! Все здоровы!  
**Ведущая:** А к проверке вы готовы?  
**Семьи:** Да, готовы!  
**Ведущая** (*обращается к доктору*):  
Доктор!  
Я прошу вас дать ответ  
Все годятся или нет.  
 Попрошу спортсменов встать  
И команды выполнять  
Все мы любим упражняться  
Раз – вперед, два – назад.  
Руки вверх поднимем выше,  
Их опустим глубже дышим  
Будем сбоку мы в ладоши ударять  
А кто хочет, может с нами присесть  
Вместе дружно зашагаем  
В заключение в добрый час  
Мы попрыгаем сейчас.  
*Доктор обращается к ведущему.*  
Да, осмотром я доволен –

Из семей никто не болен,  
Каждый весел и здоров  
И к соревнованиям готов!

*Разминка для семей*

*Исполняется песня «Хорошо у нас в саду»*

### **1. Эстафета «Варим суп»**

**Ведущий:** Все заметили, что приготовлены столы. На старке стоят столы с пустыми кастрюлями, а на финише (10 метров) – столы с кастрюлями, наполненными водой. А рядом на столе лежат теннисные шарики – это картошка. Вам необходимо сварить суп. Кто первым все переносит в свою кастрюлю, тот и победит. Мама с помощью половника носит воду и наполняет кастрюлю, затем ребенок с помощью ложки носит теннисные мячи и бросает их в кастрюлю.

### **2. Эстафета «Сложный переход»**

**Ведущий:** Представьте, что перед вами болото. Это болото может легко выдержать ребенка старшей группы, но не выдержит взрослого человека. Поэтому ребята помогают перейти болото папе или маме. Им

выдается всего три кочки, по которым шагают их родители. Нужно переправить родителей в безопасное место.

**Ведущий:** Прекрасно справились. Очень все любят родителей, что так торопились в безопасное место переправить.

**Реклама:**

Наши дети самые:

1. Самые веселые, счастливые (идут мальчики и девочки веселые, улыбающиеся, несут портреты смеющихся детей, у которых рот нарисован до ушей)

2. Крепкие, сильные, выносливые

3. «Очень скромные, умные, воспитанные (идут дети очень скромные, застенчивые; девочка несет портрет стеснительной девочки)

4. Здоровые, румяные, крепкие

5. И, наконец, наши дети – самые красивые, обаятельные, привлекательные, кокетливые (2 девочки в коротких юбочках, с прическами, кокетничают, танцуют, девочка несет плакат с изображением кокетливых девочек)

Уважаемые родители, дорогие гости!



Если увидите таких детей на улице так и знайте: это дети нашего детского сада.

**1. Эстафет  
а «Прыжки в  
мешках»**

*Стук в дверь*

**Печкин:** Я

почтальон Печкин, это улица  
Кржижановского? Детский сад № 13

**Дети:** Да!

**Печкин:**

Адрес точный, все в порядке,

Вам посылочка, ребятки,

Что в посылке – неизвестно

Посмотреть мне интересно.

**Ведущая:** Да вы оставайтесь у нас. Садитесь, сейчас увидите, что в посылке (открывается посылка, а в ней 8 кеглей).

## 2. Эстафета «Слушай музыку».

Расставляются кегли по кругу. Под музыку дети двигаются по кругу, руки на поясе. По окончанию музыки – быстро берут кегли. Выбывают те, кому не хватило кегли.

**Печкин:** А можно я останусь и поиграю с болельщиками.

Я начну, а вы кончайте,  
Дружно хором отвечайте.  
Игра веселая футбол,  
Уже забили первый ...(гол)  
Вот пробежался быстро кто-то  
И без мяча влетел в ...(ворота)  
А Петя мяч ногою хлоп,  
И угодил мальчишке в ... (лоб)  
Хочет весело мальчишка,  
На лбу растет большая ... (шишка)  
Но парню шишка ни почем,  
Опять бежит он за ... (мячом)

**Ведущий:** Соревнования подходят к концу. Сейчас по сложившейся традиции

проведем заключительную эстафету, которая поможет определить победителя.

Эстафета состоит из трех этапов.

1. Ребенок проходит тоннель, добегают до ориентира берет мяч, возвращается к маме.

2. Затем мама и ребенок идут в паре боком, бросают мяч друг другу доходят до ориентира.

3. Поворачиваются спиной друг другу и спиной держат мяч, возвращаются на свои места.

**Ведущая:** Слово предоставляется жюри для подведения итогов.

*Исполняется песня «Мы дружные ребята»*

Председатель жюри подчеркивает хорошую спортивную подготовку и большую волю к победе детей. Напоминает, что в этой встрече проигравших нет. Выиграли все, то есть соревнования помогли семьям подружиться со спортом.

*Награждение (звучит музыка)*

**Печкин:**

Всем спасибо за вниманье,



За задор и звонкий смех,  
За огонь соревнований,  
Обеспечивший успех.

**Ведущий:**

Ваш смех звучал для нас большой наградой,  
Улыбок ваших нам не позабыть.

Как жаль, что нужно с вами расставаться!

Как жаль, что всем нам скоро уходить.

Но в этот час, в минуту расставанья,  
«Прощай» - мы вам не скажем никогда!  
(Вручив призы) Мы скажем – до свиданья!  
До встречи, милые друзья!

### **3.4. ПРАЗДНИК ПОДВИЖНЫХ ИГР С ОБРУЧЕМ И СКАКАЛКОЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

**Цель:** повысить двигательную  
активность на прогулке через подвижные  
игры.

**Задачи:**  
развивать интерес к спортивным играм-  
соревнованиям;  
развивать ловкость, быстроту;

учить играть в команде, действовать сообща, по сигналу;

воспитывать здоровый дух соперничества;

воспитывать чувства коллективизма и взаимопомощи.

**Оборудование** и  
**инвентарь:** обручи и скакалки по количеству детей.



### **Ход мероприятия:**

Карлсон:

Нас солнца луч смешит  
и дразнит,

Нам нынче весело с утра,

Весна нам дарит звонкий праздник,

И главный гость на нем – игра.

Инструктор по физической культуре.

Она нам друг большой и умный,

Не даст скучать и унывать,

Затеет спор веселый, шумный,

Поможет новое узнать.

Карлсон:

Добрый день ребята! Мы собрались сегодня, не только посмотреть на подготовительные группы № 8 «Подсолнухи, № 5 «Тюльпаны», но и научиться так же мастерски прыгать на скакалке и крутить обруч.

Инструктор по физической культуре.

Внимание, Внимание! Разминка для всех.

Игра «Делай, как я» движения под музыку показывает Карлсон. Построение в рассыпную

Карлсон:

Тем, кто любит обруч вращать,

Скучать не придется,

У нас работа любому найдется.

Вас ждут шутки, смех,

А так же здоровье, веселье, успех.

Инструктор по физической культуре.

Построение в две шеренги, одна шеренга с обручем, другая со скакалкой.

Дети показывают свое мастерство. Обруч крутят разными способами (на руке, ноге, шее, талии).

Карлсон:

Со скакалкой мы взлетаем,  
Как птицы в высоту.

Физкультура в нас вселяет  
Силу, ловкость, красоту.

Прыгают на скакалке (на одной, двух  
ногах, вперед, назад). По сигналу  
оборудование оставляют, меняются местами.

Карлсон:

Если хочешь быть  
умелым,

Быстрым,

сильным, ловким,  
смелым.

Научись любить  
скакалку.



П/и «Передача двух скакалок из рук в  
руки» (под музыку) на сигнал стоп, у кого  
скакалка, тот прыгает любым способом.

Карлсон: (Пробует попрыгать, не  
получается)

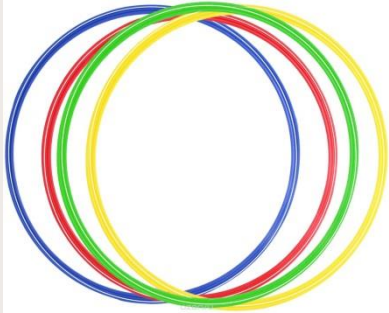
Так умело, ловко скачут,

Любо дорого смотреть.

И у всех одна задача-

За скакалку не задать.

(подбадривает детей старшей группы)  
П/и «Займи обруч»



Карлсон.  
У солнца большого,  
Есть братец  
поменьше.

Если в руки возьму,  
Прыгает, катится,  
все, что угодно,

Обруч веселый в  
нашем кругу.

На последние слова дети занимают обруч, могут встать по одному, два, три, в обруч. Обручи постепенно убираются, в конце игры подводятся итоги.

Карлсон:

Праздник веселый удался на славу,  
Всем он пришелся по нраву.

Прощайте, прощайте, все счастливы  
будьте,

Здоровы, послушны и спорт не забудьте!

Передаст обруч и скакалку воспитателю  
и улетает.

Дети старшей группы по желанию берут обручи и скакалки. Воспитатель следит за техникой безопасности.

#### 4. ЛЕТНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ



#### 4.1. РАЗВЛЕЧЕНИЕ «ИГРУШКИ ЛЮБЯТ ФИЗКУЛЬТУРУ» ДЛЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

**Цель:** Формировать элементарные двигательные умения.

**Задачи:**

1. Побуждать детей к поиску способов действия с игрушкой;

2. Формировать у детей жизненно важные двигательные навыки и умения, способствовать укреплению здоровья.

3. Вызывать положительные эмоции от движения.

**Оборудование и инвентарь:** игрушки в «Домиках» - плоских обручах, лежащих в ряд, - по числу детей; мячи диаметром 20см - по числу детей; обруч большого размера.

**Ход мероприятия:**

Наши игрушки хотят заниматься физкультурой, но не умеют.

Что делать?

*Ответы детей.*

Давайте научим их.

*Звучит спокойная музыка.*

Ходьба и бег с любимыми игрушками.  
Пойдем гулять с куклами, кто куда хочет.



Дети несут кукол в домики – обручи. Дети показывают своим игрушкам, как правильно нужно маршировать и бегать. Дети берут свои игрушки.

*ОРУ с любимыми игрушками*

Построение в три колонны.

**1. «Поднимем игрушку высоко-высоко и опустим»**

И.п. о.с. игрушку вниз. 1-3  
Поднимаем руки с игрушкой вверх, 2-4  
Опускаем руки с игрушкой вниз.  
Повторить 5 раз.

**2. И.п. «Повороты туловища»**

Покажем нашим игрушкам наш участок.

И.п. ноги врозь, игрушку вниз.  
1-3 Повороты влево, (вправо). 2-4  
и.п. Повторить 5раз.

**3. И.п. «Поиграем с куклами в прятки»**

1-3 присели, опустили голову  
(игрушка в руках). 2-4 и.п. Повторить 5  
раза.

**4. «Прыжки с игрушками»**



Посадите игрушки в домики, будем им мячи катать - катание мячей (2,5 м) + движение за мячом (ходьба или бег).

Выполнение: одновременно. (Повторить 3-4 раза).

*Хоровод «Каравай» (звучит музыка «Каравая»)*

Посадите игрушки в круг (большой обруч). Поиграем в «каравай», как будто у игрушек день рождения. Возьмитесь за руки.

Игрушкам нашим в день рожденья  
Испекли мы каравай (ходьба по кругу)

Вот такой вышины (руки вверх)

Вот такой нижины (присесть)

Вот такой ширины (руки в стороны)

Вот такой ужины (сузить круг)

Вот такой горбатенький  
(наклоны вперед, руки назад)

Вот такой пузатенький  
(характерный жест руками)

Каравай, каравай (хлопки в ладоши)

Свою игрушку выбирай.

*(Танец со своими куклами — кто как умеет, повторить 2 раза).*

Игрушки устали, отвезем их домой на «**Машине**». (*Песня «Машина»*)

Садитесь на скамеечку, как будто это машина. Поехали! Воспитатель садится на стул напротив скамейки, берет «руль». Попеременно топя ногами в ритме песенки, все «едут домой».

#### **4.2. ПРАЗДНИК КО ДНЮ ЗАЩИТЫ ДЕТЕЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

**Цель:** создание условий для развития физических качеств, учить ориентироваться в пространстве с помощью квест-игры.

**Задачи:**

1. формирование представлений о международном празднике «Дня защиты детей», расширение кругозора;
2. способствовать физическому, познавательному и социально-коммуникативному развитию;
3. создание положительного эмоционального настроения;

4. побуждение к познавательно-исследовательской деятельности путем решения проблемных ситуаций.

**Оборудование и инвентарь:** план-маршрут (2 шт.), модули, зашифрованная секретная телеграмма (ребусы), ключи, почтовый ящик, верёвки.

**Ход мероприятия:**

*Звучит веселая детская музыка. Музыкальный зал празднично украшен. Детей встречают ведущие.*

**1 Ведущая:** Наступило долгожданное лето. И сегодня мы все вместе собрались, чтобы встретить замечательный праздник - День защиты детей. А встречаем мы его именно сегодня, потому, что сегодня первый день лета. Сегодня - 1 июня.

Первый день цветного лета  
Вместе нас собрал, друзья.  
Праздник детства, песен, света,  
Праздник мира и добра!

**2 Ведущая:**

Этот праздник мы посвящаем самому прекрасному на земле – вам дорогие дети! Этот день посвящен Вам, дорогие ребята! Встречают 1 июня всюду. Ведь этот день защиты всех детей. Вы, дети – это будущее нашей Родины. Очень хочется, чтобы вы были счастливы и радовались жизни. Поэтому сегодня мы будем много петь, танцевать и веселиться.

**1 Ведущая:**

Мы встречаем праздник лета  
Праздник солнца, праздник света!

Чтоб звенел веселый

смех,

Детвора не плакала,

Светит солнышко для

всех,

Светит одинаково.

**2 Ведущая:**

Солнце нам откроет день

Золотистым ключиком,

Чтоб досталось на земле

Каждому по лучику.

**1 Ведущая:**

Солнца яркими лучами



Лето всех встречает,  
Порезвиться вместе с нами  
Лето приглашает.

*Дети поют песню «Солнечный зайчик».*

*Ведущая пускает солнечного зайчика, и дети его ловят.*

**2 Ведущая:**

А вы, ребята, рады тому, что наступило лето? Тогда встречайте Лето.

*Под музыку появляется Лето в ярком сарафане и шляпке, украшенной цветами.*

**Лето:**

Мой вам привет, ребята-дошколята!  
Я – Лето красное, я солнышком богато.  
Его цветы в моём венке.  
Любуйтесь все!

**1 Ведущий:**

Ребята, давайте поздороваемся с Летом.

**1 Ребенок:**

Здравствуй, здравствуй, наше лето!  
Нам приятна встреча эта!  
Любим летом загорать  
И на солнышке лежать.

**Лето:**

Ребята, а что вы еще любите делать летом?

**2 Ребенок:**

Рада летом я купаться

И на пляже загорать,

**3 Ребенок:**

И на велике промчаться,

В бадминтон с сестрой играть.

**4 Ребенок:**

После чтения доброй книжки

В гамаке в зной подремать.

**5 Ребенок:**

Здравствуй, здравствуй, наше лето!

Нам приятна встреча эта!

Поедим мы ягод, фруктов,

Нужных для детей продуктов.

**Лето:**

Ребята, а какие вы любите кушать ягоды  
и фрукты?

**Лето:**

Ребята, я хочу Вам  
дать советы:

Если дам совет  
хороший,

Вы похлопайте в



ладоши.

На неправильный совет  
Говорите слово «Нет!».  
Постоянно надо есть  
Для здоровья вашего  
Больше сладостей, конфет  
И поменьше каши.  
Ну, хороший мой совет? (*Нет.*)  
Не грызите лист капустный,  
Он совсем, совсем не вкусный,  
Лучше ешьте шоколад,  
Вафли, сахар, мармелад,  
Это правильный совет? (*Нет.*)  
Навсегда запомните,  
Милые друзья,  
Не почистив зубы,  
Спать идти пора.  
Если мой совет хороший,  
Вы похлопайте в ладоши!  
(*Дети не хлопают.*)  
Зубы вы почистили  
И идёте спать,  
Захватите булочку  
Сладкую в кровать.  
Это правильный совет? (*Нет.*)

## **2 Ведущая:**

Здравствуй, здравствуй, наше лето!

Нам приятна встреча эта!

Будем мы в воде ..... что делать?

*(плескаться),*

Будем спортом ..... что делать?

*(заниматься).*

## **1 Ведущая:**

Верно, дети.

Хорошо бы теплым летом

Прямо с самого рассвета

Вместе в игры поиграть,

Закаляться, отдыхать.

Ребята, готовы?

**Дети:** Да!

**Лето:**

Все проснулись,  
потянулись! Молодцы! А  
теперь поспешим на  
веселую зарядку.

*Дети встают в  
круг и под веселую  
музыку делают зарядку  
вместе с инструктором  
по физической культуре.*





А теперь в путь! Мы с вами отправимся в плавание «**В страну детства**» *Входят пираты приветствуют друг друга рукопожатием.*

Ребята, вы хотите отправиться на поиски сокровищ. Ответы детей.



**Пират:** А карта есть? Ты знаешь, где искать сокровище?

**Морской волк.** Я знаю, где искать карту. Да ведь и ты знаешь! Может, объединимся и найдем карту и клад? У меня и корабль есть, стоит в гавани. Как отыщем клад, сразу на

нем уплывем.

*(Занавес открывается, участники квеста видят шхуну под парусом.)*

**Пират:** Я, конечно же, согласен. Но ты же понимаешь, что силы у нас уже совсем не

те, что были тогда. Нам бы команду набрать из ловких, проворных, смышленных матросов. Открой шире свой единственный глаз и посмотри. (Показывает на детей.)

**Морской волк** (*смотрит в подзорную трубу*).

Ты прав! Из этих юнцов можно набрать подходящих помощников.

**Пират:** А я себе выберу не только сильных и умных, но тех, кто не боится плавать, кто не испугается морской пучины.

*(Пираты набирают себе команды (по желанию детей): Пират одевает на шею своим матросам косынки, а Морской волк – медальоны с изображением шхуны. Дети строятся в две колонны за своими пиратами).*

**Пират:** Тогда становитесь на разминку! Надо посмотреть, на что вы способны.

**Инструктор по физической культуре** приглашает детей на разминку и проводит её.

Упражнения, напоминают движения волн, лазание по мачтам, греблю на веслах, различные способы плавания. Как, подходят юнцы? (*обращаюсь к пиратам*)

*Дальнейшие действия проходят на улице.*

**Инструктор по физической культуре:**  
Встречаемся через 15 минут у главного входа около шхуны.

### **СТАНЦИИ:**

**1. Дайвинг – исследователи морского дна.**

Дети должны на корточках пробраться через коридор (коридор оформлен в виде морского дна). Найти часть карты.

**2. Затонувший корабль**

Дети должны перелезть через первое бревно, подлезть под второе (использовать модули для имитации затонувшего корабля). Найти часть карты.

**3. Добежать до шхуны**

На данной станции детям даётся задание, пройти через прямоугольник отмечен

мелом не замеченным, которые охраняет воспитатель или родитель с завязанными глазами. Дети, проходя через ворота, должны постоянно издавать звуки. Тот, кого задели, считается пойманным. Найти часть карты.

#### 4. **Сеть**

Дети должны преодолеть участок с натянутыми веревками в хаотичном порядке. Найти часть карты.

#### 5. **Островки**

На этой станции дети должны, прыгая по островкам. Островки могут быть разных размеров и форм, лежать друг от друга на разном расстоянии. Те дети, которые хотя бы одной ногой наступили мимо островка, считаются утонувшими и должны вернуться к началу станции. Найти часть карты.

#### 6. **Ключевая**

На этой станции дети должны подобрать ключ к замку от почтового ящички. Ключи подвешены на нитке, на разной высоте до 2 метров над землёй. Детям говорится, что ключ спрятан где-то на этой территории. Их задача найти и сорвать его, открыть замок. Учитывается время.

Найти часть карты.

### **7. Шифровка**

Расшифровать секретную телеграмму.

Найти часть карты.

### **8. Переправа**

С помощью двух дощечек один человек от отряда должен переправить остальных на «другой берег». Найти часть карты.

Собирают карту, на карте отмечено местоположение клада.

**Пираты:** (хором):

Ну, прощайте!

*Пираты, забрав из ларца шкатулку с «драгоценностями», убегают. Дети получают угощение в виде шоколадных монет.*

**Инструктор по физической культуре.**

Угощайтесь, ребята! Наши приключения закончились. Пора возвращаться в группу.

## **4.3. ФЕСТИВАЛЬ ДВОРОВЫХ ИГР «НАРОДНЫЕ ИГРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ» ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

**Цель:** создание условий для двигательной активности детей посредством использования народных игр.

**Задачи:**

1. закреплять двигательные умения и навыки (быстроту, ловкость, внимание, смелость);
2. пробуждать интерес детей и взрослых к народным играм, приобщать к русскому фольклору;
3. создание благоприятного микроклимата, доверительных отношений между взрослыми и детьми, родителями и педагогами.

**Оборудование и инвентарь:** ремешок, платок, флажки для украшения спортивной площадки.

**Ход мероприятия:**

*На протяжении всего праздника звучит народная музыка.*

**Инструктор по физической культуре:**

Здравствуйте, дорогие взрослые и ребята! От всей души поздравляю всех с

праздником и желаю синего неба, мира и благополучия.

Велика и прекрасна наша страна! В разные времена её называли по-разному: Русь, Россия, Советский Союз, Российская Федерация. Но для других стран и народов страна наша всегда была Россией. Это имя она носит и сегодня. Много разных народов проживает на территории нашего государства. Они имеют свои обычаи и традиции. Но всех нас объединяет одно – любовь к Родине и забота о её процветании. Вспомним традиции, обычаи и игры русского народа.

**Матрешка:** Ой, вы гости, красные девицы! Приглашаю всех на поляну зеленую – на ярмарку веселую! Собирайтесь сюда, гости желанные, и начнется на ярмарке веселое представление с играми-потехами, с хороводами и песнями, с шутками и прибаутками.



Родители вместе с детьми вспоминают традиции, обычаи и игры русского народа и отправляются на игровую площадку, на которую нужно было пройти через расписные ворота. На игровой площадке у взрослых будет возможность окунуться в свое беззаботное, веселое, счастливое детство и поиграть в давно забытые игры, а дети этим играм научатся.

Матрешка предлагает разделить на две команды и построиться в две шеренги друг напротив друга и объясняет правила игры «Челнок».

Два ряда играющих становятся друг напротив друга и сцепляются меж собой под локти. Два игрока-челнока пробегают меж этих рядов навстречу друг другу. Ряды при этом постоянно сходятся и расходятся, напевая стишок и постепенно ускоряясь. Проигрывает тот челнок, который не успевает пробежать между рядов до их схождения и оказывается, зажат между ними. Затем выигравший челнок выбирает следующую пару челноков.



*Челнок бежит,  
Земля дрожит.  
Шьет - пошивает,  
Дары посылает*

Звучит русская народная музыка, матрешка предлагает встать парами в круг.

Родитель: А кому первому начинать игру?

Матрешка: Давайте посчитаемся.

Конь ретивый, долгогривый

Скачет полем, скачет нивой.

Кто коня того поймает,

Игру первым начинает.

Первой начинать игру выпало Катюше, она будет «Растяпой»

Матрешка объясняет, и проводит игру «Растяпа»

Играет музыка, передние игроки выходят внутрь круга и приплясывают под музыку, вместе с Растяпой. Остальные хлопают им в ладоши. Когда музыка останавливалась, те, кто плясал, должны найти свободно стоящего без пары и встать за него. Кто пары не нашел, остается в кругу Растяпой, и ему хором кричат:

*— Раз, два, три, растяпа – ты!*

*Когда он же остается Растяпой во второй раз:*

*— Раз, два, три, четыре, пять, Растяпа – ты опять!*

*И в третий:*

*— Раз, два, три, четыре, пять, шесть, семь, Растяпа – ты совсем!*

**Матрешка:** Кто, ребята, желает поиграть, становитесь с нами в хоровод (*построение в колонну по одному, держась за руки*). Я буду петь веселую песню, а вы мне помогайте.

**Проводится игра «Уж я улком шла, переулком шла»**

*Уж я улком шла, переулком шла*

*Клубок ниточек нашла*

*Нитка тянется, перетянется*

*Клубок катится, перекатится*

*Клубок доле, доле, доле*

*Нитка дале, дале, дале*

*Я за ниточку бралась*

*Тонка нить оборвалась.*

Матрешка предложила взрослым и детям  
покататься на карусели.

Далее проводится подвижная игра  
«Карусель».

Еле, еле, еле, еле  
Закружились карусели,  
А потом кругом, кругом  
Все бегом, бегом,  
бегом

Тише, тише, не  
спешите  
Карусель остановите.  
Раз, два, раз, два.  
Вот и кончилась игра.

*Появляется  
Петрушка-Кукольник.*

**Петрушка-  
Кукольник.**

Здравствуй, Матрешка! Пожалуйста, ребята,  
подходите! Да глаза свои протрите! За ваше  
внимание и ласку покажу вам сказку.  
Надеюсь, что вам понравится! Разрешите  
представиться. Многие знают меня с давних  
пор – зовут меня Петрушка-Кукольник и  
пришел я к вам из-за леса, из-за гор. Пришел



людей повидать, себя показать, купить бубликов вязку и рассказать сказку!

**Матрешка:** Что же ты так долго к нам не приходил? Ведь мы давно тебя звали.

**Петрушка-Кукольник.** Я был очень занят. Я чинил свой чудесный колпак.

**Матрешка:** А что, колпаки бывают чудесными. Если он у тебя чудесный, то покажи нам чудеса.

**Петрушка-Кукольник.** Вы, наверно, заметили, какой у меня большой колпак? Ничего удивительного. С его помощью я могу осуществить любое превращение.

**Матрешка:** Тогда помоги нам, хотели поиграть в игру «Ремешок», а ремешка нет.

**Петрушка-Кукольник.** Вот кладу колпак – под ним ничего нет. Хочу, чтобы появился ремень! Вот вам и чудо.

*Петрушка - Кукольник предлагает построиться в круг и проводит игру «Ремешок».*

Петрушка-Кукольник с ремешком ходит за кругом, у детей глаза закрыты. С последним словом кладёт ремень кому-нибудь за спину. Тот бежит за водящим,

пытаясь догнать и слегка ударить его ремешком. Петрушка-Кукольник пытается занять место того, кто за ним бежит.

*Прячу, прячу ремешок  
Под калиновый кусток,  
А кто зореньку простит,  
Того бить-колотить.*

Подвижная игра «Жмурки»

Одному из играющих – жмурке – завязывают глаза, заставляют повернуться несколько раз вокруг себя, затем спрашивают:

- Кот, кот, на чем стоишь?
- На квашне?
- Квас.
- Лови мышей, а не нас.

После этих слов участники игры разбегаются, а жмурка их ловит.

После игр все участники мероприятия были приглашены на чаепитие с вкусными блинами, баранками, чаем с конфетами, во время которого родителями и персонажами исполнялись русские народные песни.

#### 4.4. ПРАЗДНИК НЕПТУНА ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

**Цель:** создать радостное настроение детей во время спортивного праздника.

**Задачи:**

-закреплять приобретённые умения и навыки;

-совершенствовать способности детей проявлять выносливость и силу во время выполнения упражнений, повысить работоспособность детского организма;

-способствовать проявлению самостоятельности, смелости, доброжелательности,

-воспитывать настойчивость в достижении результата

-формировать здоровый образ жизни детей;

**Оборудование и инвентарь:** костюмы Нептуна, Водяного, Русалки; шапочки утят, лягушат, черепахи, львенка, комара, кота; костюмы морских звезд, пиратов; ларец, медали, конфеты, удочки с рыбками, бассейн,

кораблики, ведерки, «сокровища»; ласты, маски, аквариум.

Рекомендуется праздник проводить на свежем воздухе, если это возможно, вблизи какого-то водоема (озеро, река, пруд) или возле бассейна (дети могут быть в купальных костюмах). В таком случае мероприятие будет носить не только развлекательный, познавательный, но и закаливающий характер.

#### **Ход мероприятия:**

Ведущий: Сегодня у нас праздник, в гости к нам приплывет морской царь, повелитель всех морей и океанов Нептун со своей свитой из подводного царства. Мы покажем ему, какими мы стали смелыми, быстрыми, ловкими. А теперь давайте веселиться, чтобы царь Нептун услышал нас и приплыл скорее.

Песенка-игра «Давайте все делать, как я» (английская народная песня).

1. Давайте все делать, как я! (2 хлопка)

Давайте все делать, как я! (2 хлопка)

Припев.

А ну-ка, все вместе, все в раз. (2 хлопка)

Все делают дружно у нас! (2 хлопка)

2. Давайте все топнем, как я. (2 притопа)

3. Давайте смеяться, как я: «На-на!».

4. Давайте чихнем все, как я: «Ап-чхи!»

Раздается стук, появляется Нептун со своей свитой: морские звезды, черепаха, Водяной, рыбка, лягушка, утята, львенок, комарик, кот.

Нептун:

Грозный я,  
порой, властитель,

Рыб, дельфинов  
повелитель.

Мой дворец на  
дне морском

Весь усыпан  
янтарем.



Проходит и садится на трон.

Нептун: Здравствуйте, ребята. По дороге к вам на ваш праздник к моей свите присоединились жители суши. Сможете ли вы отличить морских обитателей земных?

Вся свита выходит.

Нептун:

Море волнуется раз,



Море волнуется два,  
Море волнуется три – На месте морская  
фигура замри!

Нептун спрашивает у детей, кто земной  
житель, кто морской, указывая на каждого в  
свите. Нептун задает вопросы, где обитают  
эти животные.

Нептун: Я пришел к вам не один. Со  
мною была моя дочь Русалочка. Но ее до сих  
пор нет, что-то с ней приключилось в пути.  
Может, на нее напали морские разбойники -  
пираты? Есть ли среди вас смельчаки,  
которые не боятся вступить в бой с пиратами  
и освободить Русалочку?

Выбирает четыре ребенка, которые идут  
на поиски, слышится шум борьбы.  
Появляется Русалочка, за ней - связанные  
пираты в сопровождении смельчаков.

Русалочка: Здравствуйте, дети! Спасибо,  
что освободили меня!

Нептун: Ах вы, разбойники! Зачем  
похитили Русалочку? Повелеваю наказать их!

Дети обливают пиратов водой из  
брызгалок.

Пираты (падают на колени).

Прости нас, великий Нептун! Простите нас, дети! Мы больше никогда так делать не будем. Мы станем хорошими!

Нептун:

Прощу вас, но прежде вы должны отгадать загадки:

Что в руках не удержать,

Что в решете не унести?

(Вода)

По берегу идет, идет,

А до берега дойдет,

Тут и пропадет.

(Волна)

Без рук, без ног, все бежит.

(Река)

Над тобою, надо мной

Пролетел мешок с водой.

Налетел на дальний лес,

Прохудился и исчез.

(Туча)

Дети помогают пиратам отгадывать загадки.

Нептун: А теперь, пираты, залейте пруд водой.

Игра «Наполни пруд водой»

Пираты и несколько ребят встают в две команды и по цепочке передают небольшие ведерки с водой. Последние участники команд выливают воду в надувной бассейн. Побеждает команда, которая вылила большее количество ведер, не разливая воду при передаче по цепочке.

Нептун: А теперь, Русалочка, порадуй меня и всех ребят танцем со своими подружками - морскими звездочками.

«Танец морских звезд и Русалочки» под грамзапись музыкального фрагмента из оперы «Русалочка» (А. Даргомыжского). Зрители пританцовывают на месте.

Русалочка: А теперь я хочу загадать ребятам загадки про морских животных.

Через море-океан едет чудо-великан, а ус во рту прячет.

(Кит)

По реке плывет бревно,

Ох, и злющее оно:

Тем, кто в речку угодил,

Нос откусит

(Крокодил)

Живет тихонько, не спешит,

На всякий случай носит щит,  
Под ним, не зная страха,  
Гуляет  
(Черепаха)

Выходит черепаха с львенком.

Ведущий: Сейчас черепаха со своим  
другом львенком споют песенку.

Дети в костюмах черепахи и львенка  
поют и инсценируют «Песенку львенка и  
черепахи» (музыка Г. Гладкова, слова С.  
Козлова). Русалочка. А вот следующая  
загадка:

Летом в болоте вы ее найдете.  
Зеленая квакушка, кто это?

(Лягушка)

Исполнение песни «Лягушка» (музыка и  
слова А. Карасева).

Лягушка

1. Вот лягушка по дорожке скачет,  
Вытянувши ножки.  
Ква, ква, ква, ква, ква,  
Скачет, вытянувши ножки.

2. Вот из лужицы на кочку –  
Да за мушкою вприскокку.

Ква, ква, ква, ква, ква,  
Да за мушкою вприскочку.

3. Больше есть ей неохота,  
Прыг опять в свое болото.  
Ква, ква, ква, ква, ква,  
Прыг опять в свое болото.

Лягушка:

Раз, два! Ква-ква, братцы и сестрицы.  
Раз, два! Ква-ква, будем веселиться!  
Танец лягушат (музыка В. Витлина).

Ведущий: А сейчас мы посмотрим, кто из лягушек допрыгает скорей до пруда.

Игра «Прыжки лягушат». Дети в двух командах прыгают по очереди на двух ногах «по-лягушачьи» до условного места. Побеждает команда и участники, которые закончили прыжки.

Выходят утята и мама-утка.

Мама-утка:

Нас прямо из пеленок  
Манит к себе вода.  
И с нею подружились  
Утята навсегда.

Утята:

Нам не страшен океан,

Реки и моря.

Наша мама - капитан,

Кря-кря-кря!

Танец утят под грамзапись (французская народная песня).

Ведущий:

На скамейке у дорожки

Улеглась и дремлет кошка.

Кошка глазки открывает

И утяток догоняет.

Кошка «ловит» утят.

Ведущий: А сейчас мы посмотрим, кто из утят быстрее дойдет до пруда (на корточках и вперевалочку).

Игра «Скорее на пруд». Двое детей вперевалочку, как уточки, идут к пруду, соревнуясь между собой.

Русалочка:

А вот последняя загадка.

У родителей и деток

Вся одежда из монеток.

(Рыбка)

Выходит ребенок в costume рыбки и исполняет песню «Рыбка» (музыка М. Красева, слова М. Клокова).

Ведущий: А вот и караси, они хотят поиграть со щукой.

Игра «Караси и щука» (музыка Е. Тиличевой, слова М. Ивенсен).

Дети делятся на две подгруппы. Одна подгруппа образует круг (пруд), и дети становятся на расстоянии двух шагов друг от друга.

Выбирают Щуку, которая помещается в стороне, вне круга. Остальные дети-караси присаживаются за «камешки», т. е. за стоящих в кругу детей. За одним камешком может прятаться только один Карась. Под пение 1-го куплета (поют только дети, стоящие в кругу) караси начинают плавать (бегать) внутри круга.

Дети поют: (можно слова проговаривать)

1. Солнышко жарко печет,

Речка под солнцем течет,

Сверху до самого дна

Солнышку речка видна.

2. Вот на большой глубине,  
Вот на прозрачной волне  
Рыбки ныряют, плывут,  
Тихие игры ведут.

3. Весело плыть под водой,  
Яркой сверкать чешуей.  
Речка до самого дна  
Свежей прохлады полна.

После окончания любого куплета воспитатель может сказать «щука», и Щука быстро вбегает в круг, стараясь поймать Карасей. Караси спешат скорее занять место за каким-нибудь камешком и присесть. Щука ловит тех Карасей, которые не успели спрятаться за камешком. Пойманных Щука уводит за круг. Игра проводится 2-3 раза. В конце делается подсчет пойманных Карасей. Затем выбирается новая Щука, и дети меняются местами: Караси становятся на место камешков, и наоборот.

Ведущий:  
Рыбки, рыбки, не зевайте,  
Поскорее уплывайте.



Нептун: Хочу подарить вам, ребята, свою любимую игру. Я очень люблю в нее играть. Рыбки в ней ненастоящие, и вреда мы им не принесем.

Дети по очереди играют в игру «Кто быстрее поймает всех рыбок из аквариума?»

В аквариум или таз с водой высыпают набор пластмассовых разноцветных рыбок. Два-три ребенка удочками (палочками с закрепленной толстой ниткой, на конце которой привязан поплавок с железным кольцом) достают «рыбок».

Нептун: Предлагаю поиграть в игру «Кто поднимет все сокровища со дна».

На дно надувного бассейна высыпают монетки, разноцветные камешки. Два ребенка надевают ласты и маски и становятся в бассейны. По команде они собирают «сокровища».

Нептун: А теперь игра для капитанов «У кого из капитанов корабль быстрее доплывет до берега».

Два-три ребенка пускают бумажные или пластмассовые кораблики в детских надувных кругах или в бассейне с водой.

Нептун: (замечает спящего Водяного).  
Водяной, что это ты тут заскучал?

Водяной: (просыпается). Наконец-то вы про меня вспомнили.

Поет «Песенку Водяного» из мультфильма «Летучий корабль» (музыка М. Дунаевского, слова Ю. Энтина).



Песенка Водяного  
Я Водяной. Я  
Водяной.

Поговорил бы кто со  
мной!

А то мои подружки –  
Пиявки да лягушки!  
Я Водяной. Я Водяной.  
Никто не водится со мной.  
Внутри меня водица.  
Ну что с таким водиться!  
Эх, жизнь моя жестянка...  
А, ну ее в болото!

Живу я, как поганка,

А мне летать охота! (3 раза)

Нептун: Водяной, где мой ларец из подводного царства с подарками для ребят? Неси его скорее.

Вносит ларец. Нептун дарит всем ребятам медали на память о празднике, угощает конфетами.

Нептун: Ну, спасибо, ребята, потешили вы меня, понравился мне ваш праздник. А теперь нам пора домой в подводное царство. До следующего лета! Но мне хочется пожелать, чтобы вы все научились за лето плавать, подросли, окрепли, дружили с водой и не боялись её круглый год. А я на следующее лето приду проверить. До свидания!

#### **4.5. ЯБЛОЧНЫЙ СПАС ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА СОВМЕСТНО С БРАТЬЯМИ И СЕСТРАМИ**

Цель: организовать летний досуг для старших дошкольников, совместно с братьями и сестрами.

Задачи:

дать представление о празднике  
«Яблочный спас»;

формировать у детей двигательные  
навыки и умения, способствующие  
укреплению здоровья:

совершенствовать волевые качества:  
ловкость, быстроту;

развивать эмоционально-духовную сферу  
дошкольников посредством знакомства с  
истоками православной русской культуры.

Оборудование и инвентарь:

Ход мероприятия:

Звучит русская народная музыка

**Инструктор по физической культуре:**

Спелых яблок ароматом

Разбудило утро нас

Лето в красном сарафане.

Наступает праздник спас,

Дивный и загадочный,

Светлый праздник яблочный.

**Воспитатель:**

Вам желаем в этот праздник мира,

Счастья и тепла,

Чтоб судьба вам много счастья

В этот день преподнесла,  
Сердцу только радости,  
А плодам всем сладости!

Сегодня мы проводим необычный праздник посвященный спасам. В старину, в августе праздновали три спаса. Первый был посвящен новому урожаю меда, второй назывался яблочный, а третий холстовый и хлебный или ореховый, потому что в конце августа созревали орехи. Если прислушаться

к слову спас, то мы услышим:

спасти,  
припаси, спасибо. Так и было в старину собирали урожай, чтобы припаси его на весь год, спасти свою семью от голода,

жить в достатке. Кланялись земле, молились освещали новый урожай, и говорили спасибо земле.

Ребенок:

Август праздники припас,

Трижды празднуется Спас.

Первый спас на воде,





Спас второй на  
дворе,  
Третий спас на  
холсте,  
Каждый на своем  
посте.

*Построение в  
шеренгу. Деление на*

*команды с помощью яблок (зеленых, красных).  
Название команды, девиз (придумывают  
сами).*

**Воспитатель:**

А сейчас пришла пора стихи нам  
рассказать друзья!

**Ребенок:**

Яблоко спелое, красное, сладкое,  
Яблоко хрусткое, с кожицей гладкою.  
Яблоко я пополам разломлю,  
Яблоко с другом своим разделю.

**Ребенок:**

Что за яблочко! Оно соку спелого полно,  
Так свежо и так душисто, так румяно,  
золотисто,  
Будто мёдом налилось, видны семечки  
насквозь.

Можно из него приготовить сок, а на праздник мама сделает пирог.

### **1. 1.Эстафета «Сбор урожая»**

Команды строятся в 2 шеренги лицом друг к другу и передают яблоки из рук в руки из одного обруча в другой. Кто быстрее.

#### **Инструктор по физической культуре.**

А давайте вспомним сказки, в которых говорится о яблоках. Если правильно ответите, то яблонька обрадуется и загорится огнями. Помните сказку, в которой говорится о том, что если кто-то из старых людей съест яблочки, то станет молодым и здоровым. Что же это за яблочки такие диковинные? Наверное, здоровящие? Нет?! А, вспомнил, молодящие!. Нет?! Тогда какие же?

**Дети:** Молодильные. А сказка называется «Молодильные яблоки».

А в какой сказке царевна попробовала яблочко, да и уснула, пока не разбудил ее царевич?

**Дети:** «Сказка о мертвой царевне и о семи богатырях».

В какой сказке яблонька укрыла девочку Машу и ее брата Ивана?

**Дети:** «Гуси-лебеди».

А наши гости какие помнят сказки?

*В случае, если гости затрудняются с ответом, садовник просит помочь детей. Они называют «Крошечка-Хаврошечка», «Аленький цветочек».*

Если правильно ответили, той команде добавляется 1 очко за каждый правильный ответ.

## **2. Эстафета «Наполни корзину яблоками»**

Команды строятся в две колонны, выполняя бег змейкой между кеглями, переносят по одну яблоку из обруча в корзину.

**Воспитатель:** По народным традициям Яблочный Спас означает приход осени. К этому дню заканчивалась жатва на полях, улетали последние ласточки, устраивался веселый праздник.

**Инструктор по физической культуре:**

С праздником всех поздравляем,

И от всей души желаем

Каждый день вам подрастать,

Спасы дружно отмечать!



А теперь пришло время поиграть,  
повеселиться, вместе порезвиться.

### **П/и «Воевода»**

*Инструктор по физической культуре  
проводит эстафету.*

#### **3. Эстафета «Самый меткий»**

Сбить мячом яблоки с дерева.

Подведение итогов. Награждение.

На Руси в этот день всех медом угощали  
и чай распивали. Люди верили и в то, что на  
Яблочный Спас, яблоки становятся  
особенными. Откусив яблочко, можно  
загадать желание, и оно обязательно сбудется.

До новых встреч!

## ЛИТЕРАТУРА

*Александрова, Е.Ю.* Оздоровительная работа в дошкольных учреждениях по программе «Остров здоровья» / авт.-сост. Е.Ю. Александрова. - Волгоград: Учитель, 2007. - 151 с.

*Алямовская, В.Г.* Как воспитать здорового ребенка /В.Г. Алямовская. - М.: Просвещение, 2003. - 243с.

*Бабенкова Е.А., Параничева Т.М.* Подвижные игры на прогулке. – 2 изд. И доп. – М.: ТЦ Сфера, 2016. – 93с. (Библиотека современного детского сада).

*Бабенкова Е.А., Федоровская О.М.,* Игры, которые лечат. Для детей от 3 до 5 лет. М.,2013.

*Барчуков, И.С.* Физическая культура и спорт / И.С. Барчуков.- М.: Издательский центр «Академия», 2006.-528с.

*Бочарова, Н.И.* Оздоровительный семейный досуг с детьми дошкольного возраста: Пособие для родителей и воспитателей / Н.И.

Бочарова. -2-е изд., испр.и доп. - М.: АРКТИ, 2003. - 96 с. (Развитие и воспитание дошкольника)

*Давыдова, М.А.* Спортивные мероприятия для дошкольников: 4-7 лет / М.А. Давыдова - М: ВАКО, 2007. - 304 с.

*Жбанков, Р.Г.* Учись быть здоровым / Р.Г. Жбанков.- М.: Просвещение, 2004.- 143с.

*Захарова, Т.Н.* Формирование здорового образа жизни / Т.Н. Захарова.- Волгоград: Учитель, 2007.- 174с.

*Кенеман А.В и др.* Детские подвижные игры народов СССР. М., 1988.

*Клименов, М.Ф.* Здоровье детей в образовательных учреждениях / М.Ф. Клименов.- Ростов н/Д.: Феникс, 2005.- 376с.

*Колидзей, Э.А.* Личностно-ориентированное физическое развитие ребенка: учебное пособие / Э.А. Колидзей. - М.: Московский психолого-социальный институт, 2006. - 464 с.

*Коробейников, Н.К.* Физическое воспитание / Н.К. Коробейников.- М.: Издательский центр «Академия», 2004.-406с.

*Лаврова С.А.* Русские игрушки, игры, забавы: [для мл. и сред. шк. возраста]/ С.А.Лаврова. - Москва: Белый город, 2007.-47с.: цв. ил. - (История России).

*Рзянкина, М.Ф.* Здоровье детей в образовательных учреждениях. Организация и контроль / под ред. М.Ф. Рзяниной, В.Г. Молочного. - Ростов н/Д.: Феникс, 2005. - 376 с.

*Савельева, Н.Ю.,* Организация оздоровительной работы в ДОУ / Н.Ю. Савельева. - Ростов н./Д: «Феникс», 2005. - 464 с.

*Савин, Н.В.* Педагогика /Н.В. Савин.- М.: Просвещение, 2005.-298 с.

*Сулим Е.В.:* Занятия по физкультуре в детском саду. Игровой стретчинг для дошкольников. ФГОС ДО. Сфера. 2017

*Токарева Т. Е:* Будь здоров, дошкольник.  
Программа физического развития детей 3-7  
лет. ФГОС. Сфера. 2016

*Фролов В.Г.* Физкультурные занятия и  
упражнения на прогулке: Пособие для  
воспитателей. М., 1987

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	3
1. Осенние физкультурно-оздоровительные мероприятия.....	8
1.1. Соревнования «По тропам индейцев» для детей старшего дошкольного возраста.....	8
1.2. Квест-игра «В поисках сокровищ» для детей старшего дошкольного возраста.....	18
1.3 Турслет «Русский экстрим» для детей старшего дошкольного возраста.....	36
1.4 Праздник «Игры народов Сибири» для детей старшего дошкольного возраста.....	43
2. Зимние физкультурно-оздоровительные мероприятия.....	54
2.1. Развлечение «Зимние забавы» для детей среднего дошкольного возраста.....	54
2.2. «Мир спортивных предметов» для детей подготовительной группы.....	59
2.3 Ярмарка зимних игр и забав для старших дошкольников с участием родителей.....	67

2.4. Спортивное развлечение «Быстрые санки» для детей старшего дошкольного возраста.....	75
2.5. Зимние соревнования для детей старшего дошкольного возраста.....	81
2.6. Праздник масленицы для детей старшего дошкольного возраста с участием родителей .....	92
3. Весенние физкультурно-оздоровительные мероприятия.....	99
3.1 Физкультурное развлечение с использованием социо-игровой технологии «Центр подготовки космонавтов для детей подготовительной группы.....	99
3.2. Военно-спортивная игра «Зарница» для детей подготовительной группы.....	112
3.3. Соревнования «Детский сад и семья» для детей старшего дошкольного возраста с участием родителей.....	126
3.4. Праздник подвижных игр с обручем и скакалкой для детей старшего дошкольного возраста.....	135

4. Летние физкультурно-оздоровительные мероприятия.....	140
4.1 Развлечение «Игрушки любят физкультуру» для детей младшего дошкольного возраста.....	140
4.2. Праздник ко дню защиты детей для детей старшего дошкольного возраста.....	144
4.3. Фестиваль дворовых игр «Народные игры для детей и взрослых» для детей старшего дошкольного возраста .....	155
4.4. Праздник Нептуна для детей старшего дошкольного возраста .....	164
4.5. Яблочный спас для детей старшего дошкольного возраста совместно с братьями и сестрами.....	177
Литература.....	184