

Тема: «Спортивные игры ЗИМОЙ»

Направление «Физическое
развитие»

Образовательная область
«Физическая культура»

Автор:

воспитатель ГДОУ №114 Фрунзенского р-
на

Тяпугина Светлана Никодимовна

Содержание

□ Введение.....	3
□ Основная часть.....	5
□ Заключение.....	15

Введение.

- Во что можно поиграть с детьми зимой на прогулке?
- О каких играх хотели бы узнать?



Задачи:

- Воспитание здорового образа жизни.
- Развитие физических умений и навыков.
- Воспитание волевых качеств.
- Приобщение к традициям большого спорта.

«Полезен русскому здоровью наш укрепительный мороз...»

- Зимний спорт играл немалую роль в жизни многих замечательных людей, которые всячески стремились испытать оздоравливающее влияние морозного дня.
- Вечер на катке-прекрасно.
- Лыжный поход за город- отлично. Но и не уходя далеко от дома, можно затеять занимательные игры на коньках, лыжах, санках. Таких игр много.



Игры на лыжах, на коньках, на санках.

- **«Позвони в колокол».** Над ледяной площадкой подвешивают колокол. Раскатившись на коньках, надо подпрыгнуть и заставить зазвонить колокол.
- **«Не урони!»** Пронести на ладошке (рука вытянута вперед) небольшой мяч.
- **«Сложный маршрут».** На площадке в разнобой устанавливаются пронумерованные флажки и конькобежцу приходится пройти по весьма запутанному пути.

- «Шайба-пятнашка».

Играющие перепасовывают друг другу шайбы. Шайб столько, сколько детей, и каждая помечена. Водящий старается своей шайбой запятнать одну из шайб играющих. Те не могут отбивать шайбу водящего, но могут помогать друг другу. Водящим становится тот, чью шайбу все-таки



- «Где твоя клюшка?» Участники игры втыкают свои клюшки в снег на краю ледовой площадки и катаются по кругу вслед за ведущим-водящим. Неожиданно тот подает команду разобрать клюшки. Все наперегонки бросаются за клюшками. Тот кто остан



«Многоборцы.»

- Даже не очень большая площадка дает возможность провести соревнование конькобежцев, в котором они должны выполнить ряд заданий: пройти змейкой расставленные на льду городки;
- Забросить пять шайб в ворота без вратаря;
- Разбежаться и проехать по инерции как можно дальше;
- Попасть снежком в мишень;
- Набросить пять колец на палки, установленные на льду;
- Учитывать нужное время, затраченное на выполнение всех заданий, и то, как эти задания выполнены.



- Ну-ка, скажи ты, какая бывает зима?

«Лыжное многоборье».

- Нечто похожее можно затеять и для лыжников. Даже 50 м. лыжни вблизи от дома можно пройти: обычным лыжным бегом;
- без палок (держат их на плече);
- задом наперед (25 м.) и с ногами, связанными вместе выше коленей (25 м.);
- На одной лыже (в том числе 25 м. подогнув ногу без лыжи). Но, быть может, ребята придумают и какие-то свои варианты.



«Тройки».

- Соревнования можно провести и на лыжах, и на коньках «тройками». Втроем нужно пройти дистанцию, обогнуть флажки и вернуться на линию старта. Участники выстраиваются по трое, переплетают руки и начинают бег. Выигрывает та «тройка», что придет к линии старта первой.



«Салки».

- В игре могут участвовать 10-15 человек. Лучше играть без палок- меньше возможности столкнуться.



«Перетягушки».

Чтобы игра была справедливой, участников надо подбирать в одной «весовой категории».



«Снежковые игры».

- «Два Мороза»
- «Снайперы»
- «Попади в цель»
- «Кто самый меткий?»



Заниматься с ребенком надо продуманно, исходя из интересов здоровья ребенка и его гармоничного развития.

Родителям следует знать, что правильно, разумно подобранные игры и спортивные развлечения благотворно влияют на укрепление и оздоровление организма ребенка.

Не забывайте, что ваш личный пример – самая лучшая мотивация для ребенка, развития у него интереса к физической культуре и спорту.

СЧАСТЛИВЫХ ВАМ СПОРТИВНЫХ СТАРТОВ!

