

Министерство образования и науки Самарской области
государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа № 23 города Сызрани
городского округа Сызрань Самарской области
структурное подразделение «Детский сад № 70»,
реализующее основную общеобразовательную программу дошкольного образования

Сценарий физкультурного досуга «Кабы не было зимы» с
использованием здоровьесберегающих технологий и ИКТ
(для детей старшей группы)

Составила:
инструктор по физической культуре Прянькова Е.А.

2013 год

Сценарий физкультурного досуга «Кабы не было зимы» с использованием здоровьесберегающих технологий и ИКТ

(для детей старшей группы)

Строится на хорошо знакомых играх и игровых упражнениях

1. Игры малой и средней подвижности
2. Атракционы, двигательные задания в игровой форме
3. Игры соревновательного характера
4. Игра малой подвижности

Цель: развивать у детей умение творчески использовать свой двигательный опыт в условиях эмоционального общения со сверстниками, приучать их проявлять инициативу в разнообразных видах деятельности, повышать интерес к занятиям физической культурой.

Задачи

Оздоровительные:

1. Содействовать укреплению мышц стопы, спины.
2. Обеспечивать тренировку правильного носового дыхания.
3. Совершенствовать умение фиксировать напряжение в мышцах и умение снимать мышечное напряжение.

Образовательные:

1. Закреплять двигательные умения и навыки, развивать двигательные качества (быстроту и ловкость).
2. Формировать навыки прыжков на одной ноге, добиваться сильного отталкивания; навыки метания облегченных предметов; навык подбрасывания и ловли облегченных предметов с хлопком и без; навык быстрого перехода от бега к пролазанию сквозь пролёты гимнастической лестницы.
3. Развивать двигательное воображение, учить создавать новые формы движений, обогащать двигательный опыт.

Воспитательные:

1. Способствовать воспитанию чувства коллективизма, дружбы,

развивать выдержку, внимание, упорство, организованность.

2. Приобщать к регулярным занятиям физкультурой; развивать творческие способности в придумывании упражнений.

3. Продолжать формировать эмоционально положительное отношение и интерес к движениям.

Интеграция

Познание: активизировать мышление детей через умение классифицировать фигуры по цвету и форме при делении на команды, закрепляя знания об окружающем мире.

Здоровье: оказывать благоприятное воздействие на организм ребёнка через вовлечение его в двигательную активность, закреплять знания детей о пользе для закаливания организма зимних игр на свежем воздухе.

Безопасность: формировать навыки безопасного поведения в подвижных играх, при пользовании инвентарём.

Социализация: развивать нравственные качества, поощрять проявление смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки и пр., побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников в играх соревновательного характера.

Художественное творчество: привлекать внимание дошкольников к эстетической стороне, используя изготовленное детьми нетрадиционное физкультурное пособие (снежинки из бумажных салфеток).

Музыка: развивать творческие способности при проведении игр имитационного характера, побуждать желание детей двигаться под музыкальное сопровождение.

Инвентарь и оборудование: снежинки из бумажных салфеток для каждого ребенка, веревка, стойки – 2 шт., гимнастические лестницы – 2 шт., обручи — 6 шт., снежки из ваты по 2 на каждого ребёнка, медальки «За активное участие» для каждого ребёнка, костюм зимы, эмблемы на майках детей, две снежинки из пластмассы.

ТСО: аудиоаппаратура, проектор, ноутбук, презентация «Что мы

делали зимой», аудиозаписи на USB носителе.

Здоровьесберегающие технологии: дыхательная гимнастика, упражнения на развитие мелкой моторики, упражнения на профилактику плоскостопия, упражнения на релаксацию.

Предварительная работа: вырезание из бумажных салфеток снежинок совместно с детьми.

Ход досуга

Под музыку «Кабы не было зимы» в зал входят дети и выстраиваются в шеренгу. На экране спроецирован зимний пейзаж. Под звуковой эффект «Завывание вьюги» входит Зима (инструктор в костюме зимы).

Зима: Ой, куда это я попала? Здравствуйте, ребята! Отгадайте, кто я?

Дел у меня не мало:

Я белым одеялом

Всю землю укрываю,

Белю поля, дома,

В лёд реки убираю

И зовут меня... (зима)

Какое сейчас время года? А месяц? А какой день февраля? Пройдёт ещё несколько дней и закончится зима.

Ребята, вы зиму любите? *Дети отвечают.*

А за что? Давайте вспомним, что мы делаем зимой на улице. *(Просмотр презентации, комментирование слайдов детьми).*

Давайте поиграем в игру **«Лавата»** и вы мне покажите, как вы катаетесь на санках, лыжах, коньках, играете в снежки и т.д. *(перестроение в круг, проводится игра под музыкальное сопровождение)*

Зима: А что бывает только зимой?

Отгадайте загадку.

Он пушистый, серебристый,

Но рукой его не тронь:

Станет капелькою чистой,

Как поймашь на ладонь. *(Снег)*

Правильно, это снег. Ребята, что это? *(показывает бумажную снежинку)* Это волшебная снежинка. Посмотрите, если её подбросить, она опускается на землю легко и плавно. Вот с такими снежинками мы с вами будем играть.

Дети берут салфетки и перестраиваются в рассыпную.

Зарядка с бумажной салфеткой «Снежинка».

1. Положить развернутую салфетку на ладонь и сдуть ее (5-6 раз) (вдох - носом, выдох – ртом)
2. Положи салфетку на ладонь, подбрось ее и поймай (7 раз).
3. Сидя, руки в упоре сзади. Ступнями ног поднять салфетку с пола, помахать ею и подбросить вверх, затем другой ногой (4-5 раз).
4. Положить салфетку на голову и пройти, не уронив ее.
5. Стоя, салфетка на полу. Прыжки на двух ногах вокруг нее. (2 круга)
6. Стоя, салфетка на полу. Прыжки через салфетку на двух ногах. (10 - 15 раз)

Зима: Скажите, а что можно сделать из снега? Из какого снега лучше лепить снежки и строить снеговиков? А какой ещё бывает снег? *Дети отвечают.*

А я предлагаю сделать снежные комочки - «снежки».

Дети сжимают салфетку в «снежок».

Игровое упражнение «Подбрось снежок, хлопни в ладоши и поймай» (7-8 раз).

Зима: Ребята, а хотите поиграть в игру «Снежки»? *(дети отвечают).* Тогда нам нужно из наших маленьких снежных комочков скатать снежки побольше. (Дети прокатывают по полу комочки из салфеток к коробке, в которой лежат снежки из ваты)

Дети делятся на 2 команды по форме фигур, прикрепленных на их футболках (квадраты и круги)

Игра - соревнование «Снежки».

Зал делится веревкой на две части, по обе стороны становятся команды. По первому сигналу дети начинают бросать снежки в сторону соперников, по второму — игра останавливается. Дети считают количество снежков со своей стороны. У кого оказывается меньше, та команда и выиграла (2-3 раза).

Зима: Ребята, а теперь будем из наших снежков лепить снеговиков.

Игра - соревнование «Слепим снеговика».

Дети делятся на две команды по цвету фигур, прикрепленных на их футболках (зелёные и жёлтые). С двух сторон на полу выкладывают три обруча — силуэт снеговика. По залу разбрасываются комочки. По команде дети собирают комочки, пролезая между пролётами лестницы, поставленной на бок, и складывают силуэт снеговика. По окончании игры подсчитывают количество комочков у каждого снеговика. И у какой команды оказывается больше комочков, та команда выигрывает.

Зима: Ребята, я знаю, что когда много снега, то его надо убирать с дорог и пешеходных дорожек. А кто это делает? *Дети отвечают*

Зима: А вы помогаете взрослым в уборке снега? Вот я сейчас и проверю!..

Игра малой подвижности «Собери снег».

Дети садятся в 2 круга: мальчики и девочки, берут снег — пластмассовую снежинку ногами и передают ее друг другу по кругу. Вариант: можно пустить две, три снежинки.

Зима: Молодцы, ребята, весь снег убрали. Я зима - волшебница. Сейчас я превращу вас в снеговиков.

Этюд на расслабление «Снеговики» (под музыкальное сопровождение).

Представьте, что вы снеговики. Вас вылепили дети, теперь они ушли, оставив вас одних. У вас есть голова, туловище, две торчащие в стороны руки, и вы стоите на крепких ногах. Прекрасное утро, светит солнце. Вот оно

начинает припекать, и вы чувствуете, что таете. Сначала голова, потом одна рука, потом – другая. Постепенно, понемногу, начинает таять и туловище. Вы превращаетесь в лужицу, растекающуюся по земле.

Зима: Ребята, мне очень понравилось с вами играть, но мне пора прощаться и на прощание я хочу вам подарить маленькие сюрпризы. Но они спрятаны в снежном сугробе. Кто найдёт снежинку в нашем зале, тот и «растопит» этот сугроб и увидит под ним мой подарок для вас.

Игра «Найди и промолчи»

По окончании игры детям раздаются бумажные медали «За активное участие».

Зима: Не забывайте, что зима длится еще неделю. Поиграйте на улице в снежки, покатайтесь на санках, лыжах, коньках. Будьте здоровы, энергичны, не болейте. А мы с Дедом Морозом обязательно придем к вам в следующем году. До следующей зимы! До свидания! *Зима уходит, дети выходят из зала.*