**февраль 2024г.**

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Центр развития ребенка – детский сад №3 «Березка» города Новопавловска.**

**Познавательно-игровой проект для детей средней группы.**

**«Детский сад и спорт».**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Подготовила : Воспитатель: Гайчук Л.Н.**

Одним из основных направлений деятельности детского сада являются охрана жизни, сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей. В рамках проекта «Детский сад и спорт», в течение января 2024 учебного года велась целенаправленная работа по формированию культуры здорового образа жизни детей, популяризации различных видов спорта .Сроки проведения проекта с 15 января 2024 по 31 января 2024 года. Проект направлен на привлечение детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом.В современном мире многие люди убеждаются, в том, что несмотря на генетическую обусловленность, среда обитания влияет на их здоровье. Большую роль играют разные составляющие: чем с раннего детства питается ребенок, каким воздухом дышит, какой детский сад посещает, какие люди его окружают и т.д. То, в каких условиях жил ребенок, и какое отношение к своему здоровью ему сумели привить, определяет его будущее здоровье, а значит, и качество жизни.Многие факторы риска закладываются именно в дошкольном возрасте. Но в то же время детский организм очень пластичен. Если внимательно относиться к ребенку, понимать, что и как влияет на его развитие, вовремя диагностировать недуги, обращаться к специалистам по поводу лечения, грамотно проводить оздоровительные, профилактические и закаливающие мероприятия, то вполне можно как поддерживать и укреплять организм ребенка, так и привести его в состояние здоровья и полного благополучия. Поэтому так важно с ранних лет воспитывать у ребенка стремление заботиться о своем здоровье, беречь его.Для этого ребенку надо самостоятельно ответить на вопрос: «А зачем надо непременно быть здоровым?» Взрослые на этот вопрос отвечают: «Чтобы быть успешным, счастливым». Но в детстве почти никто всерьез не задумывается над своим будущим. Чаще дети фантазируют о том, кем бы они хотели быть, о будущей профессии. Ребенок не отдает себе отчета в полной мере, какую ценность для него представляет здоровье, поэтому родители и педагоги должны не только создавать для него необходимые условия, но и непременно формировать привычки и поведение, способствующие сбережению и укреплению здоровья.

Не лишним будет напомнить в наш век электроники о вреде малоподвижного образа жизни. Увлекшись компьютерными играми, просмотром мультфильмов, дети могут часами сидеть без движения, что может привести к целому ряду негативных явлений, не говоря уже о риске снижения зрения.

Проект ориентирован в конечном итоге на решение одной главной **проблемы** - поиск эффективных путей укрепления здоровья ребенка и приобщения его к здоровому образу жизни.

**Актуальность проекта.**  
Нет задачи сложнее, а может важнее, чем вырастить здорового ребенка. Здоровье – важный фактор работоспособности и гармоничного развития детей. Здоровье не существует само по себе, оно нуждается тщательной заботе на протяжении всей жизни человека.

Известно, что дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Ведь именно до 7 лет человек проходит огромный путь развития, неповторимый на протяжении всей последующей жизни. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов, становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и к окружающим. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Здоровье никому нельзя дать или подарить, его нужно сохранять и укреплять. Для того чтобы собственное здоровье стало ценностью для ребенка необходимо переосмысление работы с дошкольниками в сфере физического воспитания, в воспитании чувств бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.

**Цель проекта:** создание у детей мотивации заниматься физкультурой и спортом, ознакомление со спортивными достижениями страны, высокими личными достижениями людей, ставших славой России.

**Задачи проекта:**

1. Ознакомить детей с разными видами спорта.
2. Развивать положительную мотивацию к занятиям спортом, здоровому образу жизни.
3. Воспитывать чувства патриотизма и интернационализма.
4. Формировать и совершенствовать спортивные умения и навыки.

**Гипотеза:** Здоровье детей будет сохраняться, укрепляться и развиваться, а физические качества будут эффективно совершенствоваться при условии, если будет разработана система работы с детьми и их родителями по физическому воспитанию и оздоровлению с созданием комфортных условий для занятий физической культурой в детском саду и дома.

**Тип проекта:**познавательно – оздоровительный.

**Участники проекта:**дети средней группы, воспитатель группы, семьи воспитанников.

**По времени проведения:**краткосрочный 15.01.-31.01. 2024г).

**Формы организации деятельности:**

• игровые;

• практический

• наглядные;

• словесные.

**Методы проекта:**

\_физкультурные занятия;

- Праздник, досуги, развлечения.

-Встречи с интересными людьми.

**Ожидаемый результат:**

1. У детей сформировалась представление о здоровом образе жизни;
2. Повысился интерес детей к занятиям по физическому развитию и спорту;
3. У родителей расширились знания о здоровом образе жизни и сформировалась представления о создании благоприятного эмоционального и социально – психологического климата для полноценного развития ребенка;
4. Грамотное построение педагогического процесса, а также создание единого пространства способствует формированию потребности в здоровом образе жизни у детей, позволит снизить дефицит положительных эмоций у дошкольников и обеспечит преемственность методов и приёмов детей в семье и в детском саду.

**Анализ результатов проекта и выводы:**

Применение организационно-педагогических условий, а также создание единого пространства по формированию воспитания норм здорового образа жизни в системе взаимодействия детей старшего дошкольного возраста.

**Результат**показывает**,**благодаря организации проектной деятельности у детей сформированы представления о физкультуре и спорте как о деятельности, необходимой для укрепления здоровья и физического развития, физической подготовленности, для развития физических качеств, необходимых в жизни;

- дети демонстрируют желание принимать активное участие в совместных играх и тренировочном процессе.

-родители и педагоги готовы вносить изменения в организацию и содержание педагогического процесса, становясь его активными участниками;

выросла эффективность занятий по физической культуре, спортивных праздников.

открылось стремление детей использовать полученный на занятиях двигательный опыт в повседневной жизни.

- воспитанники активно записываются в спортивные секции.

**Этапы реализации проекта**

Этапы и сроки реализации.

I этап – подготовительный,

II этап – практический,

III этап – заключительный.

I Этап – подготовительный:

Изучение понятий, касающихся темы проекта;

Изучение современных нормативных документов, регламентирующих деятельность по здоровье-сберегающим технологиям;

Опрос детей на тему «Что такое Здоровье и ЗОЖ?»;

1. Анкетирование родителей.
2. Разработка перспективного плана организации физкультурно-досуговых мероприятий;
3. Подготовка цикла тематических физкультурных занятий, развлечений и режимных моментов;
4. Подбор соответствующей литературы: стихи, пословицы, поговорки и песни для детей о здоровом образе жизни (К.Чуковский «Мойдодыр», «Федорино горе», Ю. Тувим «Письмо ко всем детям по одному важному делу», Р.Куликова «Мыло», С.Афонькина «Как стать сильным?» и «Зачем делать зарядку?» и т.д.);

II этап – практический:

Работа с детьми будет проводиться по следующим образовательным областям:

1. Физическое развитие: Проведение цикла тематических физкультурных занятий, режимных моментов (утренняя гимнастика закаливающие процедуры (дыхательная и пальчиковые гимнастики, гимнастика для глаз, гимнастика после сна, проведение занятии по физическому развитию (2 раза в неделю) и 1 раз в неделю на свежем воздухе и проведение подвижных игр на свежем воздухе каждый день (при благоприятных климатических));фестиваль народных игр.
2. Познавательное развитие: Беседы на тему «Что такое ЗОЖ?», «Виды спорта», «Как тренируются спортсмены?», «Вкусные витамины», «Здоровые зубки», «Режим дня»;
3. Художественно-эстетическое развитие: Фотовыставка из физкультурных занятий, разукрашивание «Мой любимый вид спорта», слушание песен о спорте; чтение соответствующей литературы (В. Бондаренко «Где здоровье медвежье»; стихотворения о зарядке Г. Граубина, Е. Ильина, Л. Мезинова, С. Пркофьевой, Г. Сапгира; В. Голявкина «Про Вовкину тренировку»;
4. Речевое развитие: Ознакомление с пословицами и поговорками о здоровом образе жизни, разучивание потешек «Теплою водою», «Водичка, водичка умой мое личико», «Лейся чиста водица», «Серый зайка умывается», «Солнце рано утречком»;загадок о видах спорта.
5. Социально-коммуникативное развитие: Проведение игрового занятия «Путешествие в Волшебный лес»; дидактические игры: «Веселый и грустный смайлик», «Режим дня», «Зимние и летние виды спорта»; проведение спортивного праздника,встреча с тренером по футболу Саввиным Михаилом Петровичем.

Важным условием в полноценной реализации данного проекта является взаимодействие детского сада и семьи. В рамках проекта реализованы следующие формы работы с семьей:

     анкетирование «Растём здоровыми!»;

      Консультация «Профилактика нарушений плоскостопия и осанки».

  Выставка семейных газет «Мы со спортом дружим» , фотографий на тему: «Сводки выходного дня».

**.**Видеозарисовки «Мы со спортом дружим».

III этап – заключительный:

1. Проведение физкультурного праздника«Зимнее приключение!»;
2. Презентация проекта «Детский сад и спорт».

Результативность:

• сформированность у детей элементарных представлений о здоровом образе жизни;

• осознание ребёнком и родителями необходимости и значимости здорового образа жизни, а также «видение» и реализация путей совершенствования здоровья ребёнка и членов семьи (активный отдых вместе с детьми, посещение кружков, секций оздоровительной направленности);

• повышение активности родителей воспитанников, проявляющееся в участии в физкультурно-оздоровительных мероприятиях вместе с детьми, проводимые в детском саду.

**Продукт проектной деятельности:**

1. Тематический план проекта «Мы со спортом крепко дружим»
2. Анкета для родителей «Растём здоровыми».
3. Рекомендации для родителей по профилактике плоскостопия, формирования правильной осанки, об активном отдыхе зимой.
4. Фотовыставка из занятий и физкультурных развлечений.

**Обеспечение проектной деятельности:**

1. Агапова И. А. «Спортивные сказки и праздники для дошкольников», Москва, 2011 г.
2. Микляева, Н.В. Физическое развитие дошкольников. Ч.1. Охрана и укрепление здоровья. Соответствует ФГОС ДО / Н.В. Микляева. - М.: Творческий центр Сфера, 2015. - 144 c.
3. Яковлева, Л.В. Физическое развитие и здоровье детей 3-7лет. В 3-х ч. Ч.3. Конспекты занятий для старшей и подготовительной групп. Спортивные праздники иразвлечения / Л.В. Яковлева, Р.А Юдина. - М.: Владос, 2014. - 253 c.

Приложение 1.

**Анкета для родителей детей средней группы**

**«Растем здоровыми!»**.

1. Укажите, как проявляется двигательная активность Вашего ребенка:

* утренняя гимнастика
* подвижные игры
* спортивные игры (элементы футбола, хоккея и т. д.)
* катание на санках, лыжах, коньках (зимой, велосипеде, самокате (летом).

2. В какие подвижные игры любит играть Ваш ребенок?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3. Как в домашних условиях ребенок занимается физическими упражнениями:

* охотно, с удовольствием
* не охотно
* не выполняет.

1. Какими физическими упражнениями Вы занимаетесь совместно с ребёнком:

* занимаюсь с ребенком утренней гимнастикой
* вместе играем в подвижные игры.

5. Уделяете ли вы внимание профилактике нарушений позвоночника и плоскостопия? Как? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

6. Кто в большей степени влияет на двигательную активность ребенка в семье:

* отец
* мать
* оба родителя
* братья и сестры
* никто.

7. Как часто вы занимаетесь физическим воспитанием ребенка:

* систематически
* в выходные дни
* во время отпуска
* не занимаюсь
* затрудняюсь ответить.

8. Что мешает вам активно заниматься физическим воспитанием своего ребенка:

* дефицит свободного времени
* недостаток знаний и умений в области физического воспитания детей

9. Беседуете ли Вы с ребенком о пользе занятий физическими упражнениями:

* да
* нет
* иногда

10. Какие физкультурный инвентарь и спортивное оборудование имеются для вашего ребенка дома?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

11. С каким инвентарем чаще всего занимается Ваш ребенок?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

12. Как Вы закаляете своего ребенка в домашних условиях:

* облегченная форма одежды на прогулке
* хождение босиком
* обливание ног прохладной водой
* полоскание горла водой комнатной температуры
* прогулка в любую погоду.

13. Что способствует формированию у вашего ребенка культурно – гигиенических навыков:

* личный пример
* беседы
* объяснения.

14. Соблюдает ли ваш ребенок режим дня:

* да
* не всегда
* нет.

Если не соблюдает, то почему?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

15. Соблюдает ли Ваш ребенок дома правила личной гигиены (моет руки перед едой, после туалета, умывается, чистит зубы и т. д.?)

*Спасибо, уважаемые родители,*

*за уделенное время при заполнении данной анкеты!*

**Выводы**

-большинство родителей имеют недостаточно глубокие и систематичные знания о закаливании (считают, что если ребенок часто болеет, то его нельзя закаливать, также нельзя закаливать в дошкольном возрасте – рано, и т.д.);

-в основном в семьях не акцентируется внимание на физическом развитии детей, мало внимания уделяется спортивным играм, родители недооценивают вред длительного просмотра телепередач,компьютерных игр детьми дошкольного возраста;

-родители не владеют в достаточной степени системой знаний, необходимых для формирования физической культуры у детей.

Необходимо усилить работу с родителями по некоторым вопросам физкультурно – оздоровительной работы: закаливание, использование разнообразных форм проведения активного отдыха вместе с детьми, обязательное проведение утренней гимнастики дома вместе с детьми. Провести консультирование родителей по темам: «Закаливание», «Телевизор – друг или враг?», «Спортивные игры в физическом воспитании дошкольника»; «Компьютер и дети», «Играем дома и на свежем воздухе» и др. Использовать разнообразные формы работы с семьей: открытые занятия по физкультуре, спортивные праздники, досуги с участием родителей, «День здоровья» и др.

Проявлять активную позицию в вопросах физического развития и воспитания здорового поколения детей, принимать участие в физкультурно – оздоровительных мероприятиях, мастер-классах, тренингах, совместной трудовой деятельности. Обращаться за поддержкой и консультацией к инструктору по физической культуре, в случае возникновения вопросов в индивидуальном физическом развитии ребенка.

Приложение 3

**Рекомендации родителям по профилактике плоскостопия**

1. Внимание стопам нужно уделять буквально с рождения.

2. У детской обуви должен быть жесткий задник, эластичная подошва, низкий устойчивый каблук.

3. Ребенок не должен ни в коем случае донашивать чужую обувь.

4. Ребенку необходимо как можно больше двигаться. Малоподвижный образ жизни приводит к общему ослаблению организма, недостаточному развитию кровеносной и дыхательной системы, нервному истощению, деформации скелета, плоскостопию.

5. Необходимо формировать привычку ставить ноги при ходьбе правильно (стопы параллельно). Для тренировки предлагается ребенку пройти по бортику тротуара (в безопасном месте, бревну, доске, веревке).

6. Полезно ходить босиком по различным поверхностям.

**Физкультура для детей 4-5 лет**

В этом возрасте надо обратить особое внимание на развитие стопы, так как при неблагоприятных условиях может начать формироваться плоскостопие. Зарядка должна состоять из 4-5 физкультурных упражнений с 5-6 повторениями. Начинаем тренировку с небольшой разминки - ходьба на носках, а затем на пятках (в течение 30 секунд) - это хороший способ профилактики плоскостопия, а уже затем переходить к основной части занятий.

«Повороты» - стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе. Поворот вправо, развести руки в стороны, вернуться в исходное положение. То же в левую сторону.

«Наклоны» - сидя, ноги скрестить «по-турецки», прямые руки в упоре сзади. Выполнить наклон вперед, хлопнуть ладонями по полу перед ногами, хлопнуть ладонями как можно дальше, хлопнуть ладонями перед ногами и вернуться в исходное положение.

«Неваляшка» - лежа на спине, руки на затылке, локти выставлены вперед. Повернуться на бок, а затем вернуться в исходное положение. Затем поворот на другой бок и возвращение в исходное положение.

«Подпрыгивание с поворотом» - ноги слегка расставлены, руки на поясе. Выполнить 6-8 подпрыгиваний с поворотом вокруг себя.

«Приседание с мячом» - ноги параллельны, мяч удерживаем двумя руками внизу. Присесть - мяч в прямых руках перед собой, спину держать прямо, взгляд не опускать. Вернуться в исходное положение.

«Переложи мяч» - ноги на ширине плеч, обе руки опущены вниз, в правой руке мяч. Поднять обе руки вперед, переложить мяч в левую руку, вернуться в исходное положение. Поднять обе руки и переложить мяч в правую руку, вернуться в исходное положение.

Выполнять физические упражнения с детьми можно как каждый день, так и через день в удобное для родителей время - эти факторы принципиально не влияют на положительный результат.

**Паспорт педагогического проекта**

**«Детский сад и спорт».**

|  |  |
| --- | --- |
| **Структура** | **Содержание** |
| **Тема** | «Детский сад и спорт» |
| **Адресация проекта** | Проект предназначен для детей средней группы |
| **Руководители проекта** | ВоспитательГайчук Л.Н. |
| **Участники проекта** | Дети, воспитатель, инструктор по ФИЗ,родители |
| **Возрастная группа** | Дети 4-5 лет |
| **Особенности проекта** | По характеру создаваемого продукта: развивающий, укрепляющий и оздоровительный.  По количеству создателей: коллективный.  По количеству детей, вовлеченных в проект: групповой.  По продолжительности: краткосрочный.  По профилю: на уровне образовательного учреждения.  По уровню контактов: на уровне ДОУ |
| **Цель проекта** | Создание у детей мотивации заниматься физической культурой и различными видами спорта и способствовать их физическому развитию. |
| **Задачи проекта** | Привитие потребности к здоровому образу жизни;  Расширение двигательных умений и навыков ребенка за счет освоения новых доступных движений;  Развитие личности каждого ребенка через совершенствование физических качеств;  Вызвать желание заниматься различными видами спорта. |
| **Ресурсы проекта** | Наглядно-демонстрационный материал, спортивный инвентарь, познавательная и художественная литература,  фотографии и картины с изображениями различных видов спорта и спортсменами. |
| **Ожидаемые результаты и продукты деятельности** | После завершения проекта педагоги смогут:           Повысить свое педагогическое мастерство, самообразование;           Расширить круг взаимодействия с родителями;           Испытать педагогическую радость от интересной, увлекательной совместной деятельности.  Продукты деятельности педагогов:           Картотека подвижных игр;           Рекомендации родителям по укреплению здоровья детей;           Консультация «Зимние виды спорта», «Зимние забавы»;           Папка передвижка «Детский сад и спорт»;           Сценарий «Зимнее приключение»;           Совместное оформление стенгазеты «Мы выбираем спорт»;  После завершения проекта дети смогут:           дети более увлеченно занимаются физической культурой и спортом, становятся более организованными;           активно участвуют в спортивных и подвижных играх;            расширяется спортивный кругозор;            имеют представление о различных видах спорта;            участвуют в физкультурных досугах;            получают удовольствие от совместной деятельности со взрослым, стремятся к такой деятельности.    После завершения проекта родители смогут:           стать активными и заинтересованными участниками педагогического процесса;            проявлять интерес к занятиям спортом;            привлекать к занятиям физкультурой и спортом детей,  проводить беседы;            посещать спортивные мероприятия в городе. |
| **Актуальность проекта** | Здоровье – один из важнейших компонентов благополучия, счастья; одно из неотъемлемых прав человека; одно из условий успешного развития человека любой страны. За последние годы физкультура и спорт становятся популярными в нашей стране. Современные дети испытывают «двигательный дефицит» и поэтому перед детским садом и семьёй стоит вопрос о путях совершенствования работы по укреплению здоровья, развитию движений, и конечно же по воспитанию у детей интереса не только к физической культуре, но и к занятиям спортом. Физические упражнения, спортивные игры и развлечения создают хорошее самочувствие, «заряжают» ребёнка бодростью и энергией, формируют такие нравственные качества, как умение добиваться цели; действовать в коллективе; в команде; которые обязательно понадобятся во взрослой жизни.          Физическая культура - потому и культура, что призвана вывести ребенка за рамки повседневно накапливаемого им (культурно не оформленного) двигательного опыта.          Большая роль в решении задач укрепления физического и нравственного здоровья детей отводится родителям воспитанников. Для их приобщения к активной совместной работе по формированию осознанного отношения ребёнка к своему здоровью и жизни, в детском саду и нашей группе стартовал проект «Детский сад и спорт». |
| **Этапы работы над проектом** | Этапы осуществления проекта:  **1 этап**– **Вступительный.**           Подбор методической и познавательной литературы для педагогов;           Подбор художественной и познавательной литературы для детей;           Подбор иллюстративного и дидактического материала по теме проекта;           Подбор спортивных игр, соответственно возрасту детей;           Составление анкеты для родителей;  **2 этап** – **Организационный.**           Анкетирование родителей. Выход на проект;           Разработка тематического плана;           Оформление стенгазеты «Мы выбираем спорт»;           Консультации для родителей «Зимние виды спорта», «Зимние забавы»;           Составление сценария физкультурного досуга «Зимнее приключение»;           Рекомендации родителям по теме проекта;           Создание мультимедийной презентации «Всё о спорте».  **3 этап**– **Основной.**  *Тематический план работы с детьми.*           Мультимедийная презентация «Всё о спорте»;           Познавательная беседа: «Что мы знаем о спорте»           Рассматривание альбома «Олимпиада «Сочи-2014», журналов, иллюстраций, фотографий о спорте;           Общение с детьми на тему: «Какой вид спорта тебе нравится»;           Чтение художественной литературы спортивной тематики: А. Барто «Зарядка», Е. Ильин «Лыжи», «Фигурное катание», «Хоккей», «Олимпиец»;           Загадывание загадок о спорте, спортивном инвентаре; знакомство с пословицами о здоровье, спорте;           Тематические утренние гимнастики: «На прогулке», «Путешествие на горку», «Лыжники на прогулке».           НОД интегрированная игра-занятие «Гномики на прогулке»;           Семейный выходной день «Мама, папа, я – спортивная семья!»          Фотовыставка «Репортаж с семейного выходного дня»;           Тематическая прогулка «Мы – чемпионы» (игры-эстафеты, игры-соревнования, игры-забавы);           Просмотр мультфильмов: «А Баба Яга против», «Лесная спартакиада»;           Совместное посещение кукольного театра «Как звери со спортом подружились»;  *Тематический план работы с родителями:*           Реклама проекта;           Анкетирование: «Какое место в вашей семье занимает спорт»;           Консультации: «Зимние виды спорта», «Зимние забавы», «Как стать спортивной семьёй», «Спортзал на дому»;           Участие в оформлении стенгазеты «Мы выбираем спорт»;           Оформление фотовыставки семейного выходного дня «Мама, папа, я – спортивная семья!»;           Участие в презентации проекта.  **4этап – Заключительный.**           Презентация проекта «Детский сад и спорт»:             - физкультурный досуг «Зимнее приключение» (совместно с родителями); |

Физкультурный досуг

«Зимнее приключение».

**Цель**: создание положительного эмоционального настроя у детей с помощью участия взрослых в качестве персонажа, решение оздоровительных задач.

**Задачи:**

*Воспитательные:*

1.      Воспитывать у детей организованность, самостоятельность, активность в процессе двигательной активности;

2.      Развивать интерес у детей к подвижным играм и занятиям физической культурой

*Развивающие:*

1.      Упражнять в выполнении общеразвивающих упражнений (ходьбе, беге, ползании, подлезании, метании).

2.       Развивать ловкость, внимание, быстроту реакции, координацию движений.

*Образовательные:*

1.      Учить согласовывать движения в соответствии с текстом.

2.      Закреплять навыки звукоподражания, имитацию движений животных

**Материал и оборудование:**

1.      -елка;

2.      -стойки;

3.      -шнуры;

4.      -костюмы зайца, волка;

5.      -колокольчик;

6.      -снежки в корзине.

**Ход досуга:**

Под веселую музыку в зал входят дети

**Воспитатель:**Ребята, скажите пожалуйста куда мы с вами пришли?

(Дети отвечают).

**Воспитатель:**Правильно. Мы с вами пришли в спортивный зал. А чем мы с вами занимаемся в спортивном зале?

(Дети отвечают).

**Воспитатель:**Молодцы ребята! Правильно. Но сегодня я предлагаю вам не просто позаниматься физкультурой, а отправиться в «Зимнее приключение». Вы согласны?

(Дети отвечают).

**Воспитатель:**Хорошо. А скажите мне пожалуйста какое у нас с вами сейчас время года? (Зима). Правильно. Что нам нужно сделать, перед тем, как выйти зимой на улицу? (Одеться по теплее) Надеваем теплые штаны, кофту, валенки, шапку, теплую курточку, рукавички и завязываем шарф (имитация одевания на прогулку). Все готовы? (Дети отвечают). Ну, что отправляемся? Только путь наш будет длинным и трудным. Будьте внимательны. Не отставайте друг от друга, чтобы не заблудиться. Вы знаете, что нужно кричать, если вы вдруг заблудились?

(Дети отвечают).

**Воспитатель:**Молодцы, тогда в путь. Я пойду впереди, а вы за мной и повторяйте мои движения.

(Звучит музыка.Дети в колонне по одному идут за воспитателем).

**Воспитатель:**

Пролетала здесь сорока

Принесла с собою весть

Что в лесу далеком елка

Разукрашенная есть.

Поспешим туда, друзья

Нам опаздывать нельзя (дети идут по кругу друг за другом)

Вот сугробы-

Высоко колени поднимаем (высоко поднимают колени, держа руки на поясе)

По дорожке ледяной

Не спеша шагаем (идут на носочках, руки подняты вверх)

Чтобы в снег не провалиться

Мы должны поторопиться (бегут друг за другом)

Лыжи на ноги наденем

И по снегу мы поедем (приседают на полусогнутые ноги, имитируя движения лыжника)

Мы деревья обойдем,

 снег с их веток не стряхнем (бегут змейкой, огибая расставленные стойки)

На заснеженной поляне

Ель нарядную найдем.

Воспитатель ставит в центр зала елку, украшенную игрушками.

**Воспитатель:**Вот мы с вами и пришли в лес, а для того, чтобы нам не замерзнуть давайте сделаем зарядку.

Выполняются общеразвивающие упражнения. ( Звучит медленная тихая спокойная музыка).

**Фонарики.**

На полянке елка стройная стоит

И огнями яркими весело блестит

И.п.: стоя руки за спиной. 1-4-вращая кистями, поднять руки через стороны вверх, подняться на носки.5-8-вернуться в исходное положение.(4 раза)

**Снег.**

На пушистых ветках

Белый снег лежит

Ветерок подует

И снежок слетит.

И.п.: сидя на пятках руки опущены

1-всать на колени, поднять руки вверх, посмотреть на кисти;

2-4 медленно сесть на пятки, руки опустить.(4 раза)

**Колкие иголки.**

Что растет на елке?

Колкие иголки.

И.п.: сидя, ноги вытянуть, руки в упоре сзади.

1-2-носком правой ноги коснуться пола справа и слева от колена левой ноги;

3-4-то же левой ногой (по 4 раза)

**Воспитатель**: Вы согрелись? Теперь мороза не боимся?

Ребята, а на какой праздник приходила к нам наряженная елка?

**Дети**: На новый год!

**Воспитатель**: правильно, а где живет елка? А кто еще живет в лесу?

**Дети**: Волки, медведи, зайцы.

Стук в дверь входит Зайчик (воспитатель).

**Зайчик:**Здравствуйте, ребята!

(Дети отвечают).

**Воспитатель**: Зайка, что случилось? Почему ты весь дрожишь?

**Зайчик:**Я очень замерз.

**Воспитатель**: Зайка, а наши ребята знают подвижную игру, которая поможет тебе согреться. Хочешь поиграть с нами?

**Зайчик:**Да очень хочу

(Проводится подвижная игра « Зайка беленький сидит»)

**Зайчик**: Спасибо, ребятки. Мне понравилась ваша игра, но сейчас мне пора бежать домой, пока меня серый волк не поймал. До свидания (зайчик поскакал домой).

**Воспитатель**: ребята, посмотрите, что у меня есть.

(Дети отвечают).

**Воспитатель**: Правильно. Это колокольчик, но он не простой, а волшебный. Сейчас я позвоню в колокольчик, произнесу волшебные слова и мы превратимся в животных леса. Слушайте внимательно.

«Колокольчик, позвени деток в мишек преврати» (дети ходят как мишки, издавая рев –У-у-у.)

«Колокольчик, позвени деток  в лисичек преврати» (дети ходят как лисички).

«Колокольчик, позвени деток  в заек преврати» (дети прыгают, как зайцы)

Слышится шум.

**Волк:**Ну и где этот заяц?

Опять убежал, вот я ему покажу.

**Воспитатель**: Ой, ребята, кто то сердитый идет к нам из леса.

Бегите скорее ко мне.

(Дети бегут к воспитателю)

**Волк:**Ох, и холодно мне!

Ох, и голодно мне!

Зайцем пахнет на опушке, (переносит ёлку к центральной стене)

Здесь расставлю я ловушки. (ставит стойки с натянутым на высоте 40 см шнуром).

Я у ёлки полежу-

Глупых зайцев выслежу!

Не сработают ловушки-

Я поймаю их за ушки (волк засыпает под ёлкой).

Проводится игра с волком.

**Воспитатель** **и дети:**Серый волк под елкой спит

И на зайцев не глядит.

Мы попрыгаем немножко,

Мы похлопаем в ладошки

Ножками потопаем,

А потом, как закричим:

Серый волк скорей вставай

И зайчишек догоняй (Волк просыпается и бежит за зайчиками, зайцы прячутся в норку)

Выполняется основой вид движений подлезание под шнур (игра проводится 2 р.)

**Волк**: Какие они ловкие и осторожные. Не одного зайца не поймал.

**Воспитатель**. Так и хочет волк поймать зайцев. А ну, давайте его прогоним, берите снежки, бросайте в волка.

Волк бросает снежки в детей.

**Волк**: Мне одному не справиться, пора уносить ноги (убегает).

**Воспитатель:**Молодцы! Прогнали злого волка.

Молодцы мои ребятки!

Ловкие, умелые

Дружные и смелые!

Все вы постарались детки.

Получайте по конфетке.

**Воспитатель:**Понравилось вам наше путешествие.

 (Дети отвечают).

**Воспитатель:** Вот и наше приключение подходит к концу и нам пора возвращаться в детский сад.

А для этого я возьму наш волшебный колокольчик. Закройте глазки и покружитесь

«Колокольчик позвени в детский сад нас унеси».

**Воспитатель:**Вот мы и снова в детском саду.