Физкультурный досуг на улице «Гонка саней» для детей 6-7 лет

Инвентарь: санки (одни на двоих), конусы-ориентиры.

Дети выходят на спортивную площадку. Санки расставили друг за другом на расстоянии 1 метр по кругу. (количество санок вдвое меньше, чем детей)

Ведущий: здравствуйте, ребята!

Мальчишки и девчата!
Чтобы игры нам начать,
Загадку нужно отгадать.
Все лето стояли,
Зимы ожидали.
Дождались поры,
Помчались с горы. (санки)
Раз, два, три, четыре, пять,
Будем игры начинать.
Между санками шагайте,
Саночки не задевайте.

Игровое упражнение «Между санками»

Дети строятся в колонну по одному и идут (бегут) «змейкой» между санками, меняя направление движения по сигналу.

При передвижении сохранять дистанцию два шага и не задевать санки (2-3 круга).

Вы немного пробежались,
Разогрелись и размялись.
Будем выполнять движения,
С саночками упражнения.

Игровой комплекс ОРУ в санками в парах

1. «Здравствуй, друг!»

И.п. – стойка ноги врозь спиной друг к другу, руки на пояс, санки между детьми

1-2 – с поворотом туловища вправо, хлопнуть друг друга ладошками

3-4 – и.п.

5-8 – то же влево;

2. «Крутые виражи»

И.п. – сед на санках друг за другом, ребенок, сидящий сзади обхватывает партнера за пояс

1-2 – наклон вправо;

3-4 – и.п.

5-8 – тоже влево.

«Вокруг санок»

И.п. – стойка ноги вместе, друг за другом
1-16 - Прыжки на двух ногах вокруг санок вправо
1-16 – ходьба на месте, высоко поднимая колени
1-16 - Прыжки на двух ногах вокруг санок влево.
Ведущий: Будем дальше забавляться
И на саночкам кататься:
Санный поезд у двора,
Ехать саночкам пора!
Зимняя забава «Санный поезд»
Дети катают друг друга на санках по кругу (по 2 минуты каждый партнер).
Правило: дети в паре должны быть примерно равны по физическим возможностям.
Ведущий: раз, два, три, четыре, пять,
Будем игры продолжать.
Все скорей ко мне бегите,
Санки за собой везите.
Подвижная игра «По местам»
Санки ставят в шеренгу на одной стороне площадки с интервалом 1 м. дети садятся на санки парами. По сигналу «Всем гулять, бегать и играть!» дети разбегаются по всей площадке, прыгают, кружатся. На сигнал «По местам!» все должны быстро занять свои места. (2-3 раза)
Ведущий: раз, два, три, четыре, пять,
Будем дальше продолжать.
Предлагаю вам, ребята,
Эстафеты начинать.
Эстафеты с санками

1. Дети парами располагаются на линии старта. Первый напарник по сигналу бежит с санками до ориентира, обегает его, возвращается обратно на линию старта (определяется пара-победитель).
2. Второй напарник делает то же (определяется пара-победитель).
3. Один напарник садится на санки, второй – по команде везет санки до ориентира (определяется пара-победитель).
4. Второй напарник садится на санки, первый – везет санки (определяется победитель).

Ведущий подсчитывает очки и определяет победителей.
Ведущий: раз, два, три, четыре, пять,
Будем игры завершать,
Нужно быстро по сигналу
Всем в одну колонну встать. Подводятся итоги эстафет, вручаются призы.