

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 58»



Физкультурно-оздоровительное
мероприятие
«Все на лыжи»



Февраль 2025 год

Цель: обеспечение доступности занятий физкультурой и спортом для всех категорий детей в соответствии с их потребностями и возможностями с ориентацией на формирование ценностей здорового образа жизни.

Задачи:

- Формировать элементарные навыки ходьбы на лыжах.
- Развивать умение выполнять физические упражнения, направленные на преодоление трудностей физического характера.
- Развивать точные движения, ориентировку в пространстве, ловкость.
- Развивать желание заниматься зимними видами спорта.
- Способствовать укреплению и сохранению здоровья детей; воспитывать потребность в здоровом образе жизни; формировать привычку к ЗОЖ.

Оборудование: лыжи, палки лыжные, стойки - ориентиры, рюкзаки, обручи, мишени, снежные комочки, флажки двух цветов, музыкальное сопровождение.

Участники: дети групп №11, №13

Ответственные: воспитатели Сарварова З.Ф., Ситникова О.О., Ефимова А.В.

Место проведения: На базе МАДОУ «Д/С 58» (территория 3 корпуса)

Дата проведения: февраль 2025 г.

Разминка по показу «Кабы не было зимы»



Дружно вместе все вставайте
И разминку начинайте!



Эстафета «Быстрый лыжник»



Пройти лыжным шагом с палками по прямой и передать эстафету следующему. Чья команда придет быстрее.

Эстафета «Мы туристы»



Пройти с палкой и рюкзаком за спиной по прямой и передать рюкзаки следующим.

Эстафета «Поменяй флажки»



Пронести флажок красного цвета по прямой до ориентира и обратно, а потом передать другим участникам.

Эстафета «Сороконожки»



Участники выстраиваются в колонны одна параллельно другой. Перед колоннами отмечается линия старт. Каждой команде дается по одной лыжной палке. Дети, стоящие справа, берут палку левой рукой, а стоящие слева, берут палку правой рукой. По сигналу колонны (сороконожки) бегут вперед к линии финиша, не выпуская палку из рук. Если кто-либо выпустил палку из рук, вся колонна должна остановиться и дожидаться, пока игрок возьмет палку, тогда продолжается движение до финиша.



Эстафета «Биатлонисты»



С расстояния 1,5-3 м, катаясь на лыжах, участники останавливаются у определенного ориентира, прицеливаются и бросают снежком в цель.



Одна лыжа надета на ногу одного участника, а у второго в руке лыжная палка. Они идут, держась за руку в паре, до финиша и обратно на одной лыже, отталкиваясь палкой.

Эстафета «На одной лыже»





Мы со спортом крепко дружим
Спорт - здоровье, спорт - игра!
Крикнем все «Физкульт - ура!»