

## Сценарий физкультурного праздника «Зимние забавы» в рамках проведения Спортивной субботы.

Разработала инструктор по физической культуре  
Вещунова Ирина Николаевна

### Ход развлечения:

Дети и родители собираются на площадке возле входа.

#### Инструктор:

Начинаем зимний праздник:

Будут игры, будет смех,

И веселые забавы

Приготовлены для всех.

Хороша красой своею

Наша Зимушка-зима.

Встретить её сегодня

Собралась вся детвора.

Ходьба по кругу друг за другом, с выполнением действий по тексту:

Мы шагаем по сугробам, *Ходьба по кругу,*

По сугробам крутолобым. *Ходьба на носках*

Поднимай повыше ногу, *Ходьба с высоким подниманием колена*

Проложи другим дорогу. *Бег парами взрослый - ребенок «саночки»*

Очень долго мы шагали, *Ходьба*

Наши ноженьки устали.

Мы присядем, отдохнём, *Присесть*

А потом гулять пойдём. *Ходьба*

#### Инструктор:

Вставайте свободно по всей площади. Вместе выполним зимнюю зарядку и погреемся!

### Игра - разминка "Греемся".

А на улице мороз - Ну-ка все потеряли нос!... (*Трем носы.*)

Ни к чему нам бить баклуши, Быстро все взялись за уши!... (*Беремся за уши.*)

Покрутили, повертели, Вот и уши отлетели!... (*Вертим уши.*)

У кого не отлетели, С нами дальше полетели!... (*Машем руками.*)

Головою покачали!... (*Качаем головой.*)

По коленками постучали!... *(Стучим по коленям.)*

По плечам похлопали!... *(Хлопаем по плечам.)*

А теперь потопали!... *(Топаем.)*

*Флешмоб под музыку.*

**Инструктор:**

Все дышите!

Не дышите!

Все в порядке, отдохните!

Вместе руки поднимите.

Превосходно!

Опустите!

Наклонитесь, разогнитесь!

Встаньте прямо,

Улыбнитесь!

Выходят **команды** детей с родителями «Снежинка» и «Льдинка».

Команды приветствуют друг друга.

**Команда «Снежинка»:**

Мы вам желаем от души,

Чтоб результаты ваши были хороши!

**Команда «Льдинка»:**

Все у нас готово,

Все у нас в порядке,

Потому что по утрам

Делаем зарядку.

Проводятся **игры-эстафеты** (соревнуются команды):

**Ведущий:** А сейчас я предлагаю отгадать загадку.

На снегу две полосы,

Удивились две лисы

Подошла одна поближе,

Здесь бежали чьи – то *(...лыжи)*

Молодцы правильно отгадали! Значит сейчас мы будем соревноваться на лыжах.

### **Конкурс «Быстрые лыжи»**

( дети вместе с родителями делятся на 2 команды, встают друг за другом в 2 колонны. Первые в колонне одевают по одной лыжи, скользят на ней до конусов, объезжает каждый свой конус, возвращаются обратно и переодевают лыжи следующему игроку)

Вы такие ловкие ! Отгадайте следующую загадку.

Катаюсь на нем

До вечерней поры,

Но ленивый мой конь

Возит только с горы

Сам на горку пешком я хожу

И коня своего за веревку вожу. (*..санки*)

### **Конкурс «Веселые санки»**

(Дети садятся на санки, родители по очереди везут их до конуса, огибают конус и возвращаются обратно в колонну. И так со всеми игроками.)

### **Конкурс для детей « Тяни - толкай»**

(На санки садятся 2 игрока одной команды. Но садятся они спиной друг к другу. Как можно быстрее добраться до финиша, отталкиваясь только ногами. Один игрок едит лицом к финишу - второй спиной.)

### **Конкурс для родителей. « Перетягивания каната».**

Встали все в круг и выполняем движения за командирами.

### **Командир команды Снежинки:**

Не жалею наши ножки,

И скользим все по дорожке.

*(имитация скольжения по льду)*

**Командир команды Льдинки:**

Пусть дорога не легка,

Впереди нас ждет река.

Чтоб ее пройти нам-

Прыгаем по льдинам.

*(имитация прыжки по «льдинам» )*

**Снежинка:**

Смотрите ребята дорогу замело.

Беритесь за лопаты, расчищайте путь себе.

*(имитация расчищения снега)*

**Льдинка:**

А мы сейчас с ребятами снежков налепим и с ними поиграем.

**Пальчиковая игра «Снежки»**

Раз, два, три, четыре. *(Загибаем пальцы на руке )*

Мы с тобой снежок слепили. *(движение лепки снежка)*

Круглый *(руками показать круг)*

Крепкий *(руки в замок)*

Очень гладкий *(погладить снежок)*

Но совсем, совсем не гладки. *(пальцем показывают отрицательные движения)*

Раз подбросим, два поймает *(подбрасывают и ловят)*

Три уроним и сломаем *(топают ногами)*

**Сюрпризная полянка под снегом.** *(дети и родители ищут коробку с медальками под снегом)*

**Ведущий:**

Ну, ребята, тренировку  
Провели мы очень ловко.  
Получайте-ка награды.  
Поздравляем! Очень рады!

**Ведущий:** Наш праздник окончен, желаем всем бодрости, здоровья и всего самого хорошего!