

ЧДОУ «Детский сад Швабе – Эврика»

«Наши сани едут сами»
Физкультурное развлечение

инструктор по физической культуре
Кошкина Татьяна Васильевна

* Катание на санках многие считают забавой, интересной только для малышей. Между тем это отличное упражнение в развитии координации движений, равновесия, ловкости, находчивости. Если для детей старшего дошкольного возраста в катание на санках ввести элементы соревнований, то санки станут любимым развлечением.

На санях можно устраивать много интересных состязаний, в которых требуется и большая ловкость, и сила, и сноровка, а главное - умение сохранять боевой дух до самого последнего момента соревнований. В играх с санками, как в спорте, победа на стороне упорных, настойчивых и выносливых.

Дети испытывают удовольствие от быстрого бега санок, от скольжения вперед. Все упражнения с санками **тренируют** мышцы, углубляют дыхание, **способствуют развитию и укреплению** легких и сердца, **повышают** обмен веществ. Движения на свежем воздухе усиливают работу кровеносных органов, благотворно влияют на нервную систему, **закалывают организм**.

Игры-Эстафеты

1. Прокати куклу



2. Прокати друга



4. Кто первый до конуса и обратно



5. Кто кого перетянет



6. Кто быстрее на мини-лыже



7. Снайперы

