

*Консультация для воспитателей*

**«Организация активного отдыха и досуговых мероприятий в ДОУ»**

*Подготовила Пинигина С.В.инструктор по ФК  
МКДОУ № 19, г.Шелехов, январь 2017г.*

Физическая деятельность сама по себе приятна. Умеренная мышечная нагрузка всегда улучшает самочувствие и поднимает настроение. Физические нагрузки лучший способ разрядки. Физкультурные праздники и досуги при правильном подборе входящих в них элементов могут стать эффективным средством воздействия на личность ребенка. Они способствуют развитию мышления, воображения, целеустремленности, а также формированию чувства ответственности, приучают сдерживать свои желания, проявлять решительность. Физкультурные праздники и досуги позволяют педагогу, не снижая общего эмоционального состояния, стимулировать активность каждого ребенка, с учетом его индивидуальных особенностей; дифференцированно подходить к оценке результатов его действий; не разочаровывать излишними замечаниями и критикой, а дать возможность испытать приятное ощущение радости от выполняемых им и другими детьми движений; радоваться успехам другого.

При проведении досугов все дети приобщаются к непосредственному участию в различных состязаниях, соревнованиях, с увлечением выполняют двигательные задания, при этом дети ведут себя более непосредственно чем на физкультурном занятии, и эта раскованность позволяет им двигаться без особого напряжения. Более естественно использовать те двигательные навыки и умения, которыми они уже прочно овладели, проявлять своеобразный артистизм, эстетичность в движениях. Хорошо, когда физкультурные праздники и досуги сопровождаются музыкой: это благотворно влияет на развитие у детей чувства прекрасного, закрепляет умения двигаться под музыку, понимать характер музыкального произведения, развивает музыкальный слух, память.

Целью таких праздников является активное участие всего детского коллектива группы, посредством чего выявляется двигательная подготовленность детей, умение проявлять физические качества в необычных условиях и игровых ситуациях. В программу включаются:

- физические упражнения,
- игры с элементами спорта и подвижные игры,
- спортивные упражнения,
- игры - эстафеты,
- занимательные викторины и загадки.

Широкое использование музыкальных произведений, игровых приемов (**построение сценария в сюжетной форме**) делает праздник эмоционально ярким, запоминающимся событием в жизни ребенка.

Физкультурные праздники оказывают действенное влияние на формирование детской личности. Совместная деятельность, достижение хороших результатов командой, преодоление трудностей сплачивает коллектив, вызывает чувство ответственности (индивидуальной и коллективной). Дети приучаются сопереживать успехам и неудачам товарищей, уметь радоваться их достижениям, поддерживать хорошие, дружеские взаимоотношения между собой, быть предупредительными и заботливыми к младшим по возрасту. У них воспитывается стремление добиваться не только высоких индивидуальных, но и командных успехов. При этом развивается уважение к партнерам по игре, команде соперников. Соревновательный характер проведения игр и упражнений на празднике (досуге) способствует воспитанию целеустремленности, настойчивости и находчивости, смелости, решительности и других морально волевых качеств. Участие в

физкультурных праздниках помогает детям глубже осознать значение систематических упражнений в двигательных действиях, достижении желаемых результатов, пробуждает интерес к регулярным занятиям физической культурой.

### **Содержание физкультурного праздника и досуга, и их методика.**

Физкультурные **праздники** в детском саду организуются в соответствии с программными указаниями. Количество их в течении года в *средней, старшей и подготовительной к школе группах* - два раза в год. Периодичность проведения, продолжительность (в пределах 40 минут) дифференцируется в зависимости от возраста детей, условий проведения, задачи и содержания праздника.

В начале года планируются физкультурные праздники, намечаются их тематика. Вместе с тем, иногда допускаются объединения двух-трех групп старших дошкольников из двух-трех близлежащих детских садов.

Активная двигательная деятельность всех детей на физкультурном празднике важный фактор в его воспитательно-образовательной эффективности. Детям свойственно эмоционально-двигательное восприятие происходящих на празднике соревнований, эстафет, аттракционов. Часто они слишком бурно реагируют на победу и неудачу своих товарищей, очень громко кричат, топают ногами. Хотя и понятно желание детей поддержать соревнующихся. Важно все же уметь сдерживаться, выражать свои чувства более умеренно. Взрослые не должны забывать об этом, стремиться к поддержанию на празднике разумной организованности и дисциплинированного поведения детей. В это же время следует чутко относиться к проявлениям детей, не заглушать их радость частыми и неоправданными замечаниями. Наибольшую пользу для оздоровления и закаливания детей приносят физкультурные праздники, организованные на открытом воздухе. Во время праздника необходимо обеспечивать достаточно высокую двигательную активность, при условии рациональной одежды детей. При проведении физкультурных праздников в помещении следует руководствоваться настоящими правилами, не допускать сокращения времени пребывания детей на воздухе.

Одним из важнейших требований к организации праздников является проведение их в разные сезоны года. С учетом этого они могут проходить в разнообразных природных условиях местности. От конкретного места проведения праздника во многом зависит его тематика, структура, специфика, подготовительные работы и оформление. При составлении программы праздника, определении тематики, отбора содержания и его оформления целесообразно учитывать специфику климатических, особенности национальных традиций населения республики, края, области, района.

#### **Составление программы физкультурного праздника.**

Подготовка к физпразднику начинается с составления программы. В программе целесообразно выделить несколько разделов, где следует отразить цель и задачи праздника (и на этой основе проводить всю подготовительную работу); дату и время его проведения, предполагаемую длительность, место проведения физкультурного праздника и отдельных номеров программы - парады участников, массовых выступлений, соревнований по разным видам игр и упражнений, конкурсов; определить ответственных за подготовку и проведение праздника; указать количество участников, возрастные группы детей, которые примут в нем участие; указать, кто из воспитателей, родителей будут привлечены к работе, обусловить порядок подведения итогов конкурсов и соревнований (индивидуальных и коллективных), поощрение участников праздника.

#### **Разработка сценария физкультурного праздника**

Одним из важнейших разделов работы при подготовке к физкультурному празднику, является разработка сценария, которая поручается комиссии из числа сотрудников дошкольного учреждения: старший воспитатель, воспитатель детских групп, выступающих

на празднике, музыкальный руководитель. В том случае, когда на празднике объединяются дети из нескольких дошкольных учреждений, в работе комиссии принимают участие воспитатели и музыкальные руководители этих детских садов.

В ходе подготовке группы, группа сотрудников, ответственный за разработку сценария, обращается к помощи опытных и творческих воспитателей, родителей, привлекает их к составлению приветствий, переключек, конкурсов, сочинений стихотворений, консультируется с ними по другим номерам программы.

Сценарий физкультурного праздника строится на основе программно-методических требований, предъявляемых к физическому, гигиеническому, эстетическому, нравственному воспитанию детей дошкольного возраста. При разработке сценария праздника следует учитывать основную его идею, девиз, под которым он проходит. Так, например, для праздников, проходящих под девизом «Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья», «В здоровье - сила», «Мы растем здоровыми, крепкими, веселыми», главными задачами являются пропаганда значимости физической культуры, гигиенических факторов, естественных сил природы, как важнейших средств укрепления здоровья, закаливания, совершенствования функций организма, воспитания у детей интереса к занятиям физическими упражнениями и играми.

В программе таких праздников должны занять большое место игры, эстафеты, коллективные выступления детей, в которых они демонстрируют, какими стали крепкими, сильными, быстрыми. В литературно-художественном материале - стихотворениях, песнях, обращениях команды к команде и т.п. раскрывается значение утренней гимнастики, веселых игр на воздухе. Уместно использование стихотворений, игровых образов, сюжетных ситуаций, позволяющих в шуточной форме показать, к чему приводит отрицательное отношение к гигиене, пренебрежение физкультурными занятиями, боязнь свежего воздуха, и т.п.

Содержание физкультурного праздника во многом зависит от сезона года и конкретных условий, в которых проводится. Так, на празднике в зимнее время возможно использование физических упражнений и игр, характерных для зимних условий - катание на санках, игры и соревнования на лыжах, элементы игр в хоккей, игры-эстафеты на льду, на снегу и т.п. Широкий простор для подбора разнообразных упражнений и игр открывается при проведении физкультурных праздников в летнее время на открытом воздухе. В этих условиях возможно включение в содержание праздника массовых выступлений детей, требующих большого свободного пространства, игр-эстафет с бегом, прыжками с места и разбегом, метанием в цель и на дальность, упражнения в равновесии в разных условиях, а также заданий, выполняемых на велосипедах и самокатах, элементов спортивных игр (баскетбол, бадминтон, футбол), веселых аттракционов.

При составлении сценария физкультурного праздника, независимо от того, где и в каких условиях он проводится, следует стремиться к тому, чтобы его содержание было разнообразным, интересным, создавало возможность активного участия всех групп детей, доставляло радость и удовольствие не только детям-участникам праздника, но и зрителям, детям и взрослым, приглашенными на праздник гостями. При разработке сценария физкультурного праздника необходимо придерживаться определенного материала. Этому поможет приведенная ниже примерная

**схема построения праздника:**

1. Открытие праздника, парад участников.
2. Показательные выступления групп, команд, сводные гимнастические упражнения.
3. Массовая часть праздника с участием всех детей и присутствующих гостей в играх, эстафетах.
4. Окончание праздника, подведение итогов, награждение, закрытие праздника.

Открытие праздника начинается обычно с торжественной части, выхода участников в зал или на физкультурную площадку, после чего следует построение, сдача рапорта, приветствие

заведующей детским садом. В начале праздника проводится переключка, исполняется общая песня, в которой ярко выражена идейная направленность праздника. Открытие завершается подъемом флага и парадом участников.

После торжественной части - показательные выступления состоящие из разных композиций общеразвивающих упражнений, которые выполняются детьми в разных построениях - колоннах, двух кругах, квадратах, в колонне или шеренге, по диагонали, с различными предметами: разноцветными флажками, цветами, шарами, обручами. Выполнение общеразвивающих упражнений группой детей сменяется мало групповыми или индивидуальными выступлениями, в которых дети показывают свои умения в разных видах физических упражнений (прыжках со скакалкой, упражнения с длинными лентами, разноцветными мячами и др. предметами). Физкультурные номера чередуются с исполнением песен, танцевальных номеров, с чтением стихотворений. С показательными номерами могут выступить и приглашенные на праздник гости: бывшие воспитанники детского сада, учащиеся спортивных школ, взрослые сотрудники дошкольного учреждения, родители. Большое оживление в содержание праздника вносят игры с элементами соревнований, эстафеты, разные игры, виды спортивных упражнений и спортивных игр.

Наряду с малогрупповыми играми на празднике организуются и массовые игры, хорошо знакомые всем детям. В них принимают участие целые группы детей, а также гости, родители. Особенно интересны для детей игры-аттракционы, в которых задания выполняются в необычных условиях.

Поддержание интереса, создание хорошего, праздничного настроения способствует включению в содержание праздника «сюрпризного момента» неожиданное появление Зимы, Деда Мороза, Снегурочки, веселых скоморохов, Бабы Яги, Красной Шапочки, доктора Айболита и др. сказочных героев. Их общение с детьми и гостями праздника, участие в играх, танцах, награждении победителей эстафет и соревнований оживляет праздник, привлекает внимание к происходящему, доставляет детям много веселья и радости, надолго остается в памяти. В заключении подводятся итоги праздника, проводятся награждения, общий хоровод, танцы, парад участников.

#### **Подготовка детей.**

Вся подготовительная работа с детьми в группах должна вестись постепенно. Воспитатель систематически проводит с детьми все предусмотренные программой формы работы, и виды занятий по физической культуре: определенные виды физических упражнений и игр, включенные в содержание праздника, усваиваются детьми постепенно, на физкультурных занятиях, повторяются на утренней гимнастике, прогулке, путем организации подвижных и спортивных игр. Все это делается с целью физического развития детей, совершенствования их двигательных навыков, воспитания физических качеств. Не следует разучивать с детьми конкретные игры, упражнения, эстафеты, которые войдут в программу праздника. Отдельные их элементы, в виде заданий, целесообразно выполнять на занятиях, прогулках, но с другими пособиями и в иных условиях. Так, в процессе индивидуальной работы, проведенной воспитателем, дети упражняются в различных действиях с мячом - отбивании, ведении, передачи мяча, одно из этих действий будет включено в эстафету во время праздника.

Упражнения в равновесии целесообразно выполнять в разных условиях: на земле, бревне, кубе, узкой рейке. В эстафете дети легко справляются с заданием пробежать по мостику. Подготовку к физкультурному празднику следует вести так, чтобы не было необходимости в неоднократных массовых репетициях.

Следует особенно внимательно относиться к отбору музыкальных произведений. Для открытия праздника подбирается выразительная, торжественная музыка, для парада - бодрый марш. Музыкальное сопровождение разных выступлений должно соответствовать их характеру: выполнение общеразвивающих упражнений сопровождается ритмичной, плавной музыкой, игры-аттракционы - веселой, бодрой. Музыкальным руководителям

поручается подобрать песни, танцы, музыкальные произведения, разучивать их при необходимости, сделать запись отдельных музыкальных фрагментов на носитель, обеспечить своевременную трансляцию их по ходу праздника.

### **Оформление праздника.**

Группа, ответственная за художественное оформление мест проведения праздника (физкультурного зала, физкультурной площадки, бассейна, территории детского сада), должна стремиться к тому, чтобы вся окружающая обстановка вызывала у детей приподнятое настроение и радостное ожидание праздника. В помещении детского сада и на участке летом развешиваются гирлянды, шары, разноцветные флажки, картинки, плакаты со спортивной тематикой. Территория участка заранее приводится в порядок - поливаются зеленые насаждения, насыщаются песком дорожки, на площадке красиво располагаются пособия и игрушки.

В зимнее время участок украшается снежными фигурами хорошо знакомых детям животных, персонажей сказок (зайца, лисицы, медведя, и др.), расчищаются от снега дорожки, заливаются дорожки для скольжения, приводятся в порядок снежные постройки (горки, валы и лабиринты), прокладываются лыжня. Места выступления детей зимой украшаются цветами, флажками, льдинками, серпантинном, мишурой.

В обязанности ответственного за художественного оформление входит подготовка объявления для родителей, праздничных плакатов.

В праздничном оформлении помещения, территорий детского сада, вместе с воспитателями и родителями активное участие принимают дети. На занятиях по изобразительному искусству (рисование, аппликация) старшие дошкольники могут выполнять разные поделки (фонарики, разноцветные флажки, разукрасить эмблемы, значки) для украшения физкультурной площадки и гимнастического зала. Дети оказывают помощь воспитателю в подготовке пособий и физкультурного инвентаря, уборки участка, изготовлении костюмов для отдельных персонажей, сооружении построек из снега.

### **Методика проведения физкультурного праздника.**

#### *1. Судейство.*

Особое внимание уделяется подготовке судей. В состав судейской коллегии входят: заведующая, старший воспитатель, воспитатели групп, принимающих участие в празднике, родители, проявляющие заинтересованность в участии в празднике. На совете судейской коллегии, следует обсудить требования к выполнению различных номеров праздника, определить критерии оценки с учетом возрастных особенностей участников праздника. Как показывает практика, наиболее правильной является оценка достижений детей не по балльной системе, а по качеству выполнения разнообразных двигательных действий, включенных в программу праздника, а также проявлению физических качеств быстроты, ловкости, хорошей координации движений и ориентировки в пространстве. Члены судейской коллегии должны быть внимательными, доброжелательными, объективными. При подведении итогов, анализе достигнутых результатов в командных соревнованиях, играх, эстафетах необходимо учитывать индивидуальные данные и возможности каждого, отмечать старательность, честное выполнение правил детьми. Важно заботиться о поддержании дружеских отношений в коллективе, предупреждать случаи неуважения, недоброжелательного отношения к товарищу, зазнайства.

#### *2. Проведение праздника.*

В день проведения праздника все должно быть готово к его проведению. Красочное, соответствующее тематике праздника оформление мест для проведения выступлений, игр, соревнований должно вызывать у детей радостное ожидание праздника. В этом активное участие принимает весь коллектив дошкольного учреждения.

Праздник надо начать точно в назначенное время. Важно создать хорошую, спокойную обстановку, не допускать нарушения режима жизни детей.

#### *3. Ведущий праздника.*

Важная роль при проведении праздника принадлежит ведущему. Им может быть опытный воспитатель, старший воспитатель. От ведущего во многом зависит успех проведения праздника. Он должен хорошо знать сценарий праздника, последовательность выступлений всех участников, уметь кратко и ясно объяснить задания для команд и отдельных выступающих, быть активным, находчивым, быстро разрешать непредвиденные ситуации. Ведущий должен хорошо знать особенности детей дошкольного возраста, уметь распределять внимание, видеть реакцию детей на победу и поражение в играх, эстафетах, аттракционах. Очень важно вовремя подбодрить малоактивного ребенка, подключить его к выступлению вместе со всеми. На протяжении всего праздника необходимо максимально активизировать каждого его участника, в том числе не оставляя без внимания детей, присутствующих на празднике в качестве зрителей, используя для этого минутку юмора. В процессе руководства ходом праздника обязательными являются поддержание контактов ведущего с судейской коллегией, согласованные совместные действия с ней. Нельзя допускать чрезмерного затягивания праздника. Это может привести к переутомлению детей, потери у них интереса к происходящему и, как следствие этого, нарушение дисциплины. Важно, чтобы действия на празднике сменялись непрерывно, не должно быть пауз между выступлениями, длительного обдумывания оценок судьями. Праздник должен создавать, приподнятое настроение, поддержание которого зависит от ведущего.

#### *4. Подведение итогов и награждение.*

Хорошее впечатление от праздника создается при его организационном завершении, подведении итогов, награждении участников. Следует заранее продумать форму поощрения детей за хорошее выполнение упражнений, первенство в эстафетах, находчивость и ловкость, проявленную в аттракционах и играх-забавах. Важно, чтобы на празднике не было побежденных, чтобы каждый ребенок почувствовал себя счастливым от участия в нем. Хорошо, если победителей награждают, принимая во внимание такие девизы, как «Выигрывают все - не проигрывает никто», «Главное - не победа, а участие», «Побеждает дружба».

Награды, знаки внимания могут быть разными: памятные медали, вымпелы, значки, дипломы, эмблемы их применяют дифференцированно.

Награждение победителей и участников могут быть самыми неожиданными. Так, в честь победителей исполняется песня или танец, дети участники получают сладкие призы (им могут быть вручены и разнообразные медали собственного изготовления). Дети младшего дошкольного возраста преподносят победителям цветы. Необходимо также отметить не только детей, но и взрослых, принимавших активное участие в подготовке и проведении праздника.

Впечатлениями о празднике дети делятся в беседах со взрослыми, самостоятельно повторяют отдельные упражнения, игры, эстафеты.

Понравившиеся эпизоды праздника отражаются в рисунках, лепке и аппликации. Взрослым следует внимательно относиться к эмоциональным переживаниям детей, связанными с праздником, поддерживать заинтересованное отношение к физкультуре и спорту, всемерно способствовать приобщению детей к полезному активному отдыху.

## **Физкультурный досуг**

Физкультурный досуг - одна из наиболее эффективных форм активного отдыха. Его содержание составляют физические упражнения, которые проводятся в форме веселых игр, забав, развлечений. Упражнения, выполняемые с эмоциональным подъемом, оказывают благоприятное воздействие на организм ребенка.

*На физкультурных досугах закрепляются двигательные умения и навыки детей, развиваются двигательные качества (быстрота, ловкость, ориентировка в пространстве и др.).*

Физкультурные досуги способствуют воспитанию чувства коллективизма, товарищества, дружбы, взаимопомощи, развивают выдержку и внимание, целеустремленность, смелость, упорство, дисциплинированность и организованность.

### **Педагогические требования к организации и проведению физкультурного досуга.**

Физкультурный досуг проводится во всех возрастных группах, начиная со второй младшей, (можно начинать и с 1 младшей группы ) один раз в месяц ( в раннем возрасте 1 раз . В младшей и средней группах в течении 20-30 минут, в старшей – 30-35 минут, в подготовительной к школе – 35-40 минут. Организуются они во второй половине дня . В каникулы, а также в летнее время, физкультурный досуг может проводиться и первой половине дня, после завтрака.

При планировании досугов необходимо принять во внимание такие формы работы, как «день здоровья», физкультурный праздник, каникулы.

**Не следует проводить физкультурные досуги в дни, отведенные для физкультурных занятий.**

Удобнее всего проводить досуг с воспитанниками одной возрастной группы, особенно в младшем и среднем дошкольном возрасте. Однако, допустимо объединение двух одно возрастных и разновозрастных групп.

Эффективность такой формы работы зависит от активного участия каждого ребенка.

Взрослые не должны забывать о том, что дошкольникам свойственно бурно выражать свои эмоции, особенно при проведении игр, эстафет соревновательного характера. Нельзя допускать перевозбуждения детей, но в то же время надо чутко относиться к их эмоциональным проявлениям, не заглушать радостное настроение частыми и неоправданными замечаниями. *Например*, воспитатель, чувствуя, что дети начинают бурно проявлять эмоции или нарушать дисциплину, поднимает руку или дает свисток, делает паузу, дети тоже затихают. Затем педагог тихим голосом предлагает продолжить игру. При проведении физкультурного досуга на открытом воздухе в разные сезоны года следует предусматривать рациональную одежду детей.

Физкультурный досуг может быть организован на спортивной площадке, участке детского сада, в естественных условиях природного окружения, а также в помещении. При определении тематики и содержания досуга следует также учитывать климатические условия и национальные традиции местного населения. Как уже отмечалось, физкультурный досуг не требует большой организационно-подготовительной работы, однако, к определению его тематики и отбору содержания надо подходить творчески. При проведении физкультурного досуга в разных возрастных группах перед воспитателем стоят определенные задачи:

- в младшем дошкольном возрасте необходимо привлекать детей к посильному участию в коллективных и индивидуальных двигательных действиях, обогащать их яркие впечатления.
- в среднем дошкольном возрасте приучать к самостоятельному участию в соревновательных упражнениях, играх, развлечениях. При этом побуждать каждого ребенка к проявлению своих возможностей.
- в старшем дошкольном возрасте развивать у детей умение творчески использовать свой двигательный опыт в условиях эмоционального общения со сверстниками, приучать проявлять инициативу в разнообразных видах деятельности.

Структура физкультурного досуга зависит от тематики, поставленных задач и условий проведения.

### ***Пример программы физкультурного праздника***

При составлении программы физкультурного праздника, которая предполагается провести под девизом «Мы - будущие спортсмены», целесообразно обозначить следующее:

1. Цель физкультурного праздника - пропаганда и приобщение к физической культуре, спорту и здоровому образу жизни.
2. Задачи:
  - Развитие у детей интереса к занятиям физкультурой, содействие творческому проявлению физических и волевых качеств в условиях соревнований.
  - Воспитание чувства гордости за достижение страны (спортивные и др.), спортсменов.
  - Популяризация значимости физической культуры и ЗОЖ среди родителей.
3. Место и время проведения праздника (физкультурная площадка дошкольного учреждения)
4. Руководство подготовкой праздника.
5. Состав комиссии: коллектив дошкольного учреждения, в том числе врач или медицинская сестра
6. Участники праздника. Состав: дети, воспитатели, родители.
7. Поощрение участников (награждение), осуществляется по принципу «Главное - не победа, а участие». Памятные значки, сувениры вручаются всем детям.
8. Предварительные работы.
9. Распределение обязанностей: подготовка атрибутов для игр и упражнений; изготовление эмблем для команд, памятных значков для награжденных; отработка сценария праздника, его музыкальное оформление; разучивание детьми гимнастических упражнений для выступлений на физкультурных занятиях, отбор и повторение песен, танцев, обеспечение травмобезопасности места проведения праздника.
10. Подготовительная работа воспитателя с детьми: регулярное освоение гимнастических упражнений во время физкультурных занятий и упражнений, гимнастики; ежедневное участие детей в подвижных и спортивных играх, спортивных упражнениях, предусмотренных программой; оформление мест проведения праздника. Проведение занятий по изобразительному искусству на тему «Спорт в нашей жизни»; Оформление альбомов, стендов, эмблем, атрибутов, отражающих выступление детей на празднике.
11. Организация совместной работы с родителями: распределение обязанностей с родителями; создание команды из числа родителей, участвующих в празднике, проведение консультации; подготовка места для организации соревнований и аттракционов, спортивной одежды и костюмов для выступлений, праздничного сюрприза и плакатов; участие в художественном оформлении, утверждении сценария и реализации программы праздника; фотографирование детей.
12. Подготовка спортивного сооружения: создание условий для выступления детей, организации игр, соревнований, аттракционов, работы судейской бригады; обеспечение травмобезопасности оборудования.

Приведенная схема физкультурного праздника является примерной, ее следует конкретизировать для каждого праздника, с учетом задач и условий, в которых намечено его проведение.

### ***Примерные схемы построения физкультурного досуга.***

#### *Младший дошкольный возраст.*

1. Приглашение детей на спортивную площадку.
2. Игровые задания для всей группы (пройти по мостику, пробежать змейкой между деревьями и кустами).
3. Подвижная игра.
4. Сюрпризный момент.
5. Выполнение обще развивающих упражнений.
6. Общегрупповые упражнения в разнообразных основных движениях (ходьба и бег на четвереньках, лазанье по поваленному дереву).
7. Подвижная игра.
8. Игра малой подвижности.

#### *Второй вариант:*

1. Сюрпризный момент (появление литературного героя).
2. Выполнение обще развивающих упражнений с крупными предметами (надутыми мячами).
3. Игровые задания для всей группы (допрыгнуть до колокольчика, пролезть в обруч).



4. Подвижная игра.
5. Обще групповые игровые упражнения (сбей кеглю).
6. Награждение сувенирами.

Третий вариант:

1. Загадка, сюрпризный момент.
2. Обще групповое упражнение в основных движениях (ходьба по бревну, по наклонной доске).
3. Выполнение обще развивающих упражнений с мелкими предметами (погремушками).
4. Обще групповые упражнения в разнообразных движениях(прыжки через ручеек, подскоке на одной ножке по узенькой дорожке).
5. Подвижная игра.
6. Успокаивающий момент (ходьба на носочках) или малоподвижная игра «Кто тише».

#### *Средний дошкольный возраст.*

Следует постепенно вводить в содержание досуга игры с элементами соревнования - «Кто быстрее доскачет до коня», «Кто быстрее наполнит ведро шишками», «Чья команда быстрее построится», «Чья машина быстрее придет в гараж» и т.д. При составлении содержания следует помнить об активном участии каждого ребенка в играх и упражнениях.

*Первый вариант:*

1. Сюрпризный момент (телеграмма, встреча с литературными героями).
2. Игровое задание для всей группы
3. Игровое упражнение для всей группы
4. Хороводная игра.
5. Соревнование двух команд (упражнения в равновесии и метании в горизонтальную цель, гонки на санках и т.д.).
6. Награждение победителей и всех участников физкультурного досуга.

*Второй вариант:*

1. Приглашение на спортивную площадку..
2. Выполнение обще развивающих упражнений.
3. Подвижная игра.
4. Соревнования двух команд.
5. Индивидуальные соревнования.
6. Награждения всех участников.

Третий вариант:

1. Сюрпризный момент, приглашение в зал.
2. Подвижная игра.
3. Атракционы: индивидуальные и групповые.
4. Подвижная игра.
5. Малоподвижная игра.

Четвертый вариант:

1. Вход в зал под музыку.
2. Свободные движения под легкую ритмичную музыку.
3. Выполнение обще развивающих упражнений.
4. Сюрпризный момент (появление сказочного персонажа).
5. Атракционы: участвуют подгруппы 4-5 человек.
6. Соревнования двух команд.
7. Награждение всех детей.
8. Произвольные танцы под музыку.

#### *Старший дошкольный возраст.*

В старшем дошкольном возрасте, в отличие от младшего, физкультурные досуги строятся на играх соревновательного характера, эстафетах, где дети разбиваются на команды, выбирают капитанов. Такие игры требуют ловкости, сноровки, координированности движений. Они побуждают детей к творческому использованию своего двигательного опыта, к поискам самостоятельного решения поставленной задачи.

Игры и упражнения следует чередовать таким образом, чтобы в одних участниками являлись команды в полном составе, а в других - представители от команд. Целесообразно чередовать физические упражнения с предметами и игры соревновательного характера. Эстафеты с хороводами

и обще групповыми подвижными играми. При подборе заданий необходимо учитывать индивидуальные особенности каждого ребенка, его возможности, двигательную подготовленность. Важно, чтобы все дети участвовали в играх и упражнениях.

Примерная схема построения физкультурного досуга.

*Первый вариант:*

1. Приветствие команд.
2. Соревнование команд (игры с элементами соревнования или игры упражнения соревновательного характера).
3. Соревнование капитанов
4. Показательные выступления команд (обще развивающие упражнения с мелкими предметами).
5. Подведение итогов.

*Второй вариант:*

1. Сюрпризный момент (письмо с приглашением на спортивную площадку, участок, зал)
2. Показательные выступления (упражнения с цветами, снежинками, листьями).
3. Общегрупповая подвижная игра.
4. Эстафета.
5. Малоподвижная игра.

*Третий вариант:*

1. Танцевальные упражнения, хоровод.
2. Обще групповая подвижная игра.
3. Атракционы.
4. Эстафета.
5. Сюрпризный момент.

Для создания радостного настроения у детей. При проведении физкультурного досуга, спортивную площадку или помещение желательно оформить. На это не требуется много времени. Праздничность создают помещенные вокруг площадки фонарики или флажки. Заканчивается физкультурный досуг по возможности сюрпризным моментом: угощение или награждение значками. Чтобы поддержать интерес детей к физкультурному досугу, можно побеседовать с ними о прошедшем празднике, предложить нарисовать то, что им больше всего понравилось, провести на последующих прогулках игры и атракционы, вызвавшие наибольший интерес.

Литература:

1. Ермак А.А. Организация физкультурного досуга.
2. Кенеман А.В., Хухлаева Д.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста.
3. В.Н.Шебеко Особенности организации физкультурно-оздоровительной работы в детском саду
4. инфосайт «Всё для детского сада».
5. Тематические праздники и развлечения : комплексно-тематическое планирование, сценарии по программе «От рождения до школы». Старшая группа (от 5 до 6 лет) / О. Н. Арсеновская [и др.]. – Волгоград : Учитель. – 214 с.
6. Комплексно-тематическое планирование и сценарии праздников и развлечений. Подготовительная группа / авт.-сост. Н. М. Вилкова [и др.]. – Волгоград : Учитель, 2016. – 143 с.
7. Бекина С.И. Праздник в детском саду. М., “Просвещение” 1990.

Вебинары на сайте: [www.uchitel-izd.ru](http://www.uchitel-izd.ru)

1. Тема «Организация спортивных праздников и конкурсов как эффективная форма физического развития дошкольников в соответствии с ФГОС ДО», Бережная Лариса Ивановна, кандидат педагогических наук
2. Тема «Праздники, события, мероприятия в ДОО»