

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ПОЧИНКОВСКИЙ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР»**

Принято на заседании
педагогического совета
протокол от 10.04.2023
№ 03



**Методические рекомендации
по организации физкультурно-
оздоровительных праздников
для детей дошкольного возраста.**

**Выполнил: Шалунова Е. В.,
инструктор-методист**

**Починки
2023**

Методические рекомендации по организации физкультурно-оздоровительных праздников для детей дошкольного возраста.

«Береги здоровье смолоду» – это девиз отражает необходимость укрепления здоровья ребёнка с первых дней его жизни. Растить здоровыми, сильными, эмоциональными – задачи каждого педагога.

Невозможно представить себе жизнь ребенка без веселых, интересных, увлекательных и шумных праздников и соревнований. Одни развивают сообразительность, другие – смекалку, третьи – воображение и творчество, но объединяет их общее – воспитание у ребенка потребности в движениях и эмоциональном восприятии жизни. Двигаясь, ребенок познает окружающий мир, учится любить его и целенаправленно действовать в нем, совершенствуя опыт организации игр, поскольку игра для дошкольника – это не просто воспоминание каких-то действиях, сюжетах, а творческая переработка имевших место впечатлений, комбинирование их и построение новой действительности, отвечающей запросам и впечатлениям ребёнка.

Сложившаяся социально-экономическая обстановка в стране изменила отношения к детям со стороны взрослых. Напряженный ритм жизни требует от современного человека целеустремленности, уверенности в своих силах, упорства и, конечно же, здоровья. В то же время отсутствие эмоционально-психологического благополучия в дошкольном учреждении может вести к деформации личности ребёнка, к уменьшению возможностей эмоционального контакта с окружающими, возрастанию трудностей в установлении новых социальных отношений. Поэтому в современных условиях актуальными задачами являются привитие детям интереса к физической культуре и спорту, а также совершенствование двигательных умений посредством физкультурных праздников.

Физкультурный праздник нацелен не на оттачивании техники выполнения тех или иных движений и упражнений, а на воспитание положительных эмоций, высокую двигательную активность детей, свободное и непринужденное взаимопонимание. Способствует функциональному совершенствованию детского организма, повышению его работоспособности, делает его стойким и выносливым, обладающим высокими защитными способностями к неблагоприятным факторам внешней среды, то есть создают условия для того, чтобы все дети росли здоровыми.

Физкультурно-оздоровительная и спортивная работа строится на принципах развивающей педагогики, где здоровье дошкольников является точкой усилий не только медицинских работников, но и педагогов, родителей.

В содержание программы включены основные виды движений, общеразвивающие упражнения, спортивные игры и упражнения, подвижные

игры для детей. Программный материал предусматривает формирование у детей двигательных умений и навыков, развитие физических качеств (ловкости, быстроты, силы, выносливости), формирование интегративных качеств личности (смелости, дисциплинированности, чувства коллективизма). Основная цель – укрепление здоровья детей, развитие самостоятельности, инициативы в двигательных действиях, осознанное отношение к ним, способность к самоконтролю, самооценке при выполнении движений. Всё это демонстрируется в программе через проведения физкультурно-оздоровительных праздников.

Значение физкультурных праздников.

Физкультурные праздники – это массовые зрелищные мероприятия показательного и развлекательного характера, способствующие пропаганде физической культуры, совершенствованию движений, воспитывающие такие черты характера, как коллективизм, дисциплинированность, уважительное отношение к соперникам. В рациональном сочетании с другими видами работы по физическому воспитанию они помогают создать целесообразный двигательный режим, который служит повышению функциональных возможностей, улучшению работоспособности и закаленности детей.

В системе физического воспитания ребенка дошкольника прочное место заняли физкультурные праздники, которые зарекомендовали себя как наиболее приемлемая и эффективная форма активного отдыха детей. Многолетняя практика работы детских дошкольных учреждений показала значимость физкультурного праздника в активном приобщении каждого ребенка к занятиям физической культурой. Опыт организаций физкультурных праздников показал их положительное влияние на воспитание у детей интереса к активной двигательной деятельности, а также повышение роли семьи и детского сада в решении задач физического воспитания. 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, а также 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 являются важной организационной формой работы, которая имеет большое значение для комплексной реализации широкого круга оздоровительных и воспитательных задач. В рациональном сочетании с другими видами работы по физическому воспитанию, они помогают создать целесообразный двигательный режим,

который служит повышению функциональных возможностей, улучшению работоспособности и закаленности детей.

Физкультурные праздники оказывают действенное влияние на формирование детской личности. Совместная деятельность, достижение хороших результатов командой, преодоление трудностей сплачивают коллектив, вызывают 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 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 для достижения желаемых результатов, пробуждает интерес к регулярным занятиям физической культурой.

Большое воспитательное значение имеет слаженная деятельность взрослых – сотрудников дошкольного учреждения, родителей, представителей шефствующих предприятий и спортивных организаций, их совместное участие в подготовке и программе праздника (веселых играх, соревнованиях, аттракционах, песнях и т. п.).

Положительный пример взрослых служит повышению родительского авторитета. Привлечение их к участию в детских физкультурных праздниках содействует пропаганде физической культуры и спорта среди широких слоев населения и является одной из форм работы коллектива дошкольного учреждения с родителями по физическому воспитанию. Кроме того, физкультурные праздники содействуют улучшению физкультурно-массовой работы среди детей и взрослых.

Методические требования к проведению физкультурных праздников

Методика организации любого праздника – достаточно сложный процесс, включающий этапы подготовки, проведения и подведения итогов.

Подготовка к празднику – это составление сценария, распределение ролей и обязанностей между участниками, подбор музыкального сопровождения, оформление площадки или зала, подготовка спортивной формы, эмблем, приглашений и т.п. Возглавлять подготовительную работу может педагог, инструктор по физической культуре. Весьма ощутимую помощь способны

оказать родители. Организаторы праздника определяют его вид в зависимости от сезона, возраста участвующих, наличия инвентаря, интересов детей.

Длительность праздника определяется возрастом участвующих 30 – 40 минут. Крупные спортивные праздники проводятся два раза в год, а мелкие раз в месяц. Желательно в начале года четко спланировать физкультурные праздники, наметить и тематику. Это позволит предусмотреть наиболее целесообразное их сочетание с праздниками общественно-политической направленности, посвященными дням общенародных торжеств.

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

В назначенный для проведения праздника день, с утра уже должна быть создана атмосфера ожидания всеобщего веселья. Каждый ребенок (или группа детей) вместе с педагогом, инструктором по физкультуре, воспитателем или его помощником отвечает за конкретную часть подготовительной работы: кто-то разносит пригласительные билеты, кто-то расставляет скамейки, развешивает праздничные гирлянды, шары... Профессионализм организаторов заключается и в том, чтобы вовлечь в процесс подготовки праздника всех, не пресекать инициативу детей, а предоставить им возможность ощутить себя полноправными хозяевами мероприятия.

Праздник надо начать точно в назначенное время. Важно создать хорошую, спокойную обстановку, не допускать нарушения режима жизни детей. Внимательное отношение к каждому ребенку со стороны сотрудников детского сада, поддержание радостного настроения, оказание необходимой помощи в переодевании спортивных костюмов — все это помогает детям чувствовать себя уверенно и спокойно.

Ход праздника. Структура праздника разнообразна и зависит от его вида. Условно ее можно разделить на три части.

Первая – **вводная часть** может быть организована в форме парада участников с подъемом флага, зажиганием олимпийского факела, то есть в зависимости от того где запланирован праздник (улица, зал). Хорошей традицией может стать массовая пробежка по территории детского сада всех участников и болельщиков, включая взрослых; неожиданное появление сказочных героев или зазывал, которые приглашают всех принять участие в массовых играх, аттракционах и потехах. Зимой праздник можно начать с

движения длинного санного поезда или тройки лошадей. Иным может быть начало праздников-игр в спасателей, путешественников, космонавтов: сигнал тревоги, который призывает всех сильных и смелых принять участие в спасении пострадавших от наводнения (от пожара, землетрясения и пр.) зверей. Вариантов много...

Например, открытие праздника начинается обычно с торжественной части — выхода участников в зал или на физкультурную площадку, после чего следуют построение, сдача рапорта, приветствие заведующего детским садом или представителя ведомства. В зависимости от темы, девиза праздника приветствовать детей могут представители других организаций (предприятий) — спортсмены, строители, работники транспорта, рабочие завода, фабрики и т. п.

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

После торжественной части следует **основная** — проводится разминка, показательные выступления, состоящие из разных композиций общеразвивающих упражнений, которые выполняются детьми в разных построениях — колоннах, двух кругах (один внутри другого), квадратах, колонне или шеренге по диагонали, с различными предметами: разноцветными флажками, цветами, мячами, обручами.

Выполнение общеразвивающих упражнений группой детей сменяется групповыми или индивидуальными выступлениями, в которых дети показывают свои умения в разных видах физических упражнений (прыжках со скакалкой, упражнениях с длинными лентами, разноцветными мячами, булавами и другими предметами). Физкультурные номера чередуются с исполнением песен, танцевально — спортивных номеров, чтением стихотворений.

С показательными номерами могут выступить и приглашенные на праздник гости: гимнасты, фигуристы, бывшие воспитанники детского сада, учащиеся спортивных школ, взрослые — сотрудники дошкольного учреждения, родители, шефы. Большое оживление в содержание праздника вносят игры с элементами соревнования, эстафеты, разные виды спортивных упражнений и спортивных игр.

На празднике организуются и массовые игры, хорошо знакомые всем детям, как с участниками, так и с болельщиками. В них принимают участие целые группы детей, а также гости, родители. Особенно интересны для детей игры-аттракционы, в которых задания выполняются в необычных условиях (бег в

мешках, удары по мячу с завязанными глазами, переноска шариков в ложке, ловля детей с закрытыми глазами и др.).

Основная часть праздника, направленная на решение его главной задачи, наполняется соответствующим двигательным содержанием: играми, соревнованиями, аттракционами. Важно предусмотреть участие в них каждого ребенка. Если сценарий рассчитан на поочередное участие членов разных команд в играх, необходимо продумать, как обеспечить участие всех. Обычно на вопросы-призывы типа «Кто у нас самый смелый?» или «Кто хочет поиграть в эту игру?» откликаются одни и те же дети, а застенчивые и нерешительные остаются не у дел. В этом случае можно сделать так каждый ребенок, входя в зал, получает билет (билеты могут быть разного цвета, формы и т.п.); в ходе праздника ведущий приглашает к участию в какой-либо игре дифференцированно. Раздавать билеты должен взрослый, хорошо знающий особенности каждого ребенка, чтобы тот не почувствовал себя лишним. Так, если мальчику достался билет с изображением скакалки, а он не умеет и не любит это упражнение, то он будет чувствовать себя ущемленным в паре с девочкой или просто откажется от участия. Поэтому заранее нужно решить, кому, какой билет вручить, чтобы избежать отрицательных эмоций.

На празднике обычно предусматривают выступления детей, читающих стихи, исполняющих песни. Естественно, здесь без подготовки не обойтись. Однако следует отказаться от репетиций, муштры и натаскивающих тренировок! Помните, что праздник организуется для детей, а не зрителей и гостей. Поэтому на нем уместны экспромт, живое, непринужденное общение, а не проработанный и заученный по сценарию диалог с заранее выученными ответами детей. Абсолютно неприемлемы репетиции сюрпризных моментов в присутствии участников праздника. Отсутствие таинства, чуда, удивления, делает праздник скучным мероприятием с заранее известным концом.

Поддержанию интереса, созданию хорошего праздничного настроения способствует включение в содержание праздника «сюрпризного» момента — неожиданное появление Зимы, Деда Мороза, Снегурочки, веселых скоморохов, Нептуна, Бабы Яги, Красной Шапочки, доктора Айболита и других 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 заключение подводятся итоги праздника, проводится награждение, общий хоровод, спортивные танцы, парад участников.

В конце уместно провести общую игру средней подвижности (лучше в круге) типа «Мышеловка», «Карусели», организовать массовый танец.

Ход праздника необходимо поручить ведущему, обладающему личностными и профессиональными качествами педагога-организатора. Опыт подсказывает: на 80% успех праздника зависит от подготовки и способностей ведущего. Он должен быть артистичен, уметь управлять коллективом детей, знать и учитывать их особенности, менять при необходимости сценарий по ходу проведения мероприятия и регулировать физическую, психическую и эмоциональную нагрузку. Желательно, чтобы ведущий был спортивным и мог сам в случае необходимости выполнить то или иное упражнение.

Если праздник носит массовый характер, то у ведущего должно быть несколько помощников из числа воспитателей или ребят-дошкольников, которые помогут расставлять и убирать инвентарь, обеспечивать музыкальное сопровождение, вручать подарки.

Облегчить задачу хода праздника можно, включив в сценарий двух ведущих, которые способны «подстраховать» друг друга, если возникнет непредвиденная ситуация.

Подведение итогов, награждение

Важнейший итог праздника – радость от участия, победы, общения, совместной деятельности.

На празднике с ярко выраженной соревновательной направленностью важно своевременно оценивать выступление отдельных участников или команд. Для этого заранее выбирается жюри из трех-пяти человек и на видном месте размещается табло. Оно может быть традиционным или необычным (например, баскетбольные корзины, в которые забрасывают мячи – один за каждую победу команды). В конце заработанные командой очки или мячи подсчитываются. Другим вариантом подведения итогов может быть выстраивание башни из строительного материала: чья башня выше, тот и победил и т.п.

Подводить итоги необходимо и по ходу, и в конце праздника. После каждой игры-эстафеты, соревнования ведущий может сам подвести итог и оценить физические и морально-волевые качества команд в целом и отдельных игроков. Предоставить слово жюри разумнее после двух-трех конкурсов, чтобы не превращать праздник в сплошные выступления взрослых.

Хорошее впечатление от мероприятия создается при его правильном организационном завершении, подведении итогов, награждении участников. Следует заранее продумать формы поощрения детей за хорошее выполнение упражнений, первенство в эстафетах, находчивость и ловкость, проявленные в аттракционах и играх-забавах. Важно, чтобы на празднике 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 переходящий кубок... Их применяют дифференцированно. Так, победители в каждом отдельном виде соревнований награждаются медалями сразу после их проведения, остальные дети (участники) в конце всех видов соревнований получают памятные медали (сувениры). Наиболее целесообразны в воспитательном отношении коллективные награды (всей команде). Они помогают сплочению детей, воспитанию у них чувства дружбы. Команда-победитель может быть поощрена тем, что первой проходит круг почета, ей доверяется спуск флага соревнований. На следующем физкультурном празднике (при его открытии) команда поднимает флаг.

На празднике, где участвуют семейные команды, оценивается каждое соревнование, награждения могут быть произведены за победу, как в индивидуальных соревнованиях, так и за победу команды. Формы поощрений предусматриваются следующие: результаты детей в индивидуальных упражнениях (движениях) отражаются на экране соревнований, команды-победители награждаются дипломами, команды-участники праздника получают памятные вымпелы. Награждения 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 мероприятия.

Для массовых праздников можно сделать простые, но симпатичные сувениры (воздушный шарик, яблоко, шоколадная медалька и т.п.). Самое главное, каждый ребенок должен быть награжден независимо от места, которое он занял.

Впечатлениями о мероприятии дети делятся в беседах с взрослыми, в самостоятельной деятельности повторяют отдельные упражнения, игры-эстафеты. Понравившиеся эпизоды праздника отражают в рисунках, лепке и аппликации. Взрослым следует внимательно относиться к эмоциональным переживаниям детей, связанным с праздником, поддерживать заинтересованное отношение к физической культуре и спорту, всемерно способствовать приобщению детей к полезному активному отдыху.

Награждение должно проходить торжественно и весело. Вымпелы, эмблемы, сувениры можно разместить на самом почетном месте в группе (спортивный

уголок, информационный стенд для родителей). Если же это индивидуальные призы и дети хотят забрать их домой, посоветуйте родителям найти в детской комнате место (полка, шкаф), где призы будут видны всем. Такой «победный» уголок является предметом гордости ребенка. Здесь же можно расположить фотографии, рисунки на тему «Наш праздник». Это позволит сформировать у детей стойкий интерес к занятиям физкультурой, к своим достижениям в спорте, что является одним из важнейших условий формирования мотивации здорового образа жизни.

Разработка сценария

Одним из важных разделов работы при подготовке к физкультурному мероприятию является разработка сценария. В ходе подготовки педагог (инструктор физкультуры) обращается к помощи опытных и творческих воспитателей, музыкальных руководителей, родителей, привлекает их к составлению приветствий, перекличек, конкурсов, сочинению стихотворений, консультируется с ними по другим номерам программы.

При составлении плана-сценария праздника необходимо:

- обеспечить постепенное возрастание физической и психической нагрузки;
- предусмотреть чередование игр и соревнований с высокой физической нагрузкой и эмоциональным накалом и заданий, направленных на снятие напряжения;
- чередовать массовые и индивидуальные игры и задания (если это возможно);
- предусмотреть участие и оценку деятельности каждого ребенка с учетом его индивидуальных особенностей и возможностей;
- сочетать знакомые детям и вызывающие у них положительное эмоциональное состояние игры, задания с включением новых атрибутов, музыки, персонажей.

Сценарий физкультурного мероприятия строится на основе программно-методических требований, предъявляемых к физическому, гигиеническому, эстетическому, нравственному воспитанию детей дошкольного возраста.

При разработке сценария следует учитывать основную его идею, девиз, под которым он проходит.

Так, например, для праздников, проходящих под девизами «Солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья!», «В здоровье — сила!», «Мы растем здоровыми, крепкими, веселыми!», главными задачами является пропаганда значимости физической культуры, гигиенических факторов, естественных сил природы как важнейших средств укрепления здоровья, закаливания,

совершенствования функций организма, воспитание 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, в воде для здоровья детей. 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. На празднике в зимнее время возможно использование физических упражнений и игр, характерных для зимних условий, — катание на санках, игры и соревнования на лыжах и коньках, элементы игры 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 разбега, метанием в цель и на дальность, упражнениями в равновесии в разных условиях, а также заданий, выполняемых на велосипедах, самокатах, элементов спортивных игр (баскетбол, бадминтон, футбол), веселых аттракционов (бег со связанными ногами в парах, перетягивание каната и др.).

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, приглашенным на праздник гостям.

При разработке сценария физкультурного мероприятия необходимо придерживаться определенного порядка расположения материала. Этому поможет приведенная ниже примерная схема построения:

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-аттракционах.

4. Окончание праздника, подведение итогов, награждения, закрытие праздника.

Представленный сценарий обсуждается на производственном совещании сотрудников дошкольного учреждения. В ходе обсуждения вносятся дополнения, поправки, даются рекомендации по уточнению содержания и оформлению. С содержанием сценария знакомят родителей, шефов, которые непосредственно будут заняты в каких-либо номерах праздничной программы, а также людей, занятых подготовкой мест проведения игр, эстафет, оформлением помещения, участка детского сада, стадиона, бассейна и других сооружений, приготовлением костюмов, пособий, украшений.

Окончательное утверждение сценария проходит на педагогическом совете коллектива дошкольного учреждения примерно за три недели до проведения праздника, когда будут определены количество участников, основные номера, подготовленность детей. Здесь же утверждается ведущий праздника.

Список используемых источников

1. Аксенова З.Ф. Спортивные праздники в детском саду.- М.: АРКТИ, 2000. 90 с
2. Бочарова Н. Физкультурно-спортивные праздники в детском саду: новые подходы, методические рекомендации // Дошкольное воспитание. 2004. № 1. С. 46-51.
3. Копухова Н.Н., Рыжкова Л.А., Самодурова М.М. Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях. М.: Издательский центр «Академия», 2002. С. 198 – 199
4. Лысова В.Я., Яковлева Т.С. Спортивные праздники и развлечения. – М.: АРКТИ, 2000. С. 3 -4
5. Рунова М.А. Двигательная активность ребёнка в детском саду. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. 12 с
6. Осокина Т.И., Тимофеева Е.А. Организация и проведение физкультурных праздников в детском дошкольном учреждении. – М.: Издательский центр «Академия», 1987. 197 с
7. Шебеко В.Н., Овсянкин В.А., Карманова Л.В. Физкульт- ура! – Мн.: «Просвещение», 1997. 125 с
8. Шумилова В.А. Спортивно – развлекательные праздники в детском саду. – Мозырь, ООО ИД «Белый ветер», 2002. 70 с.