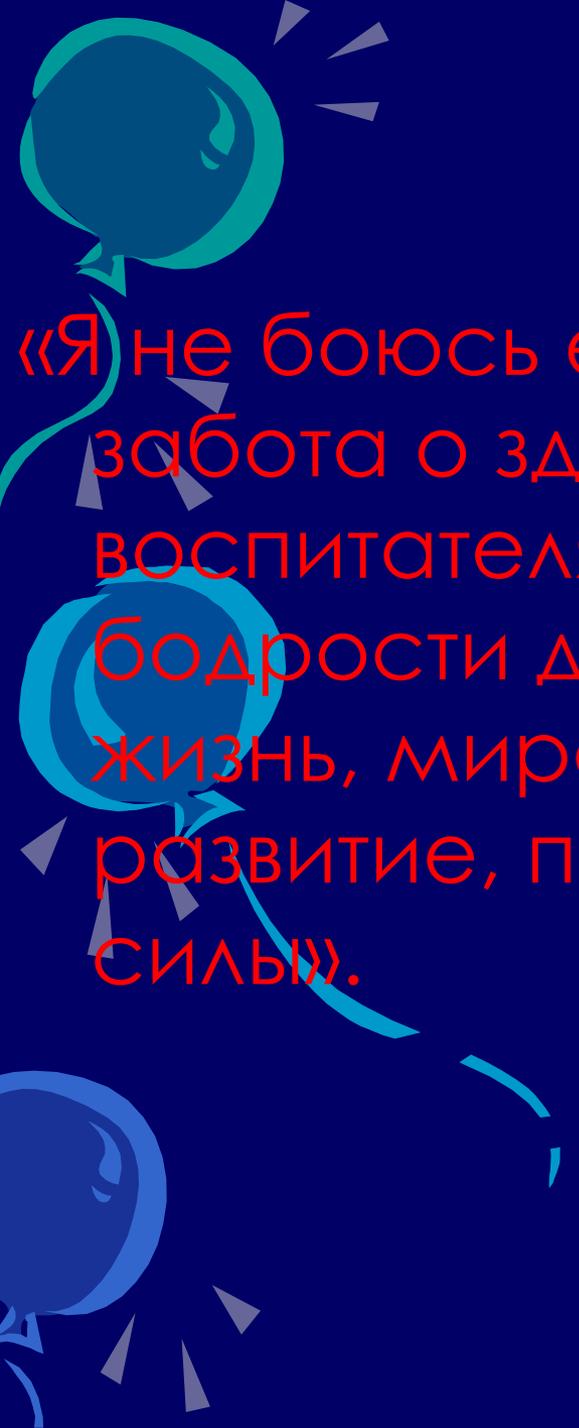




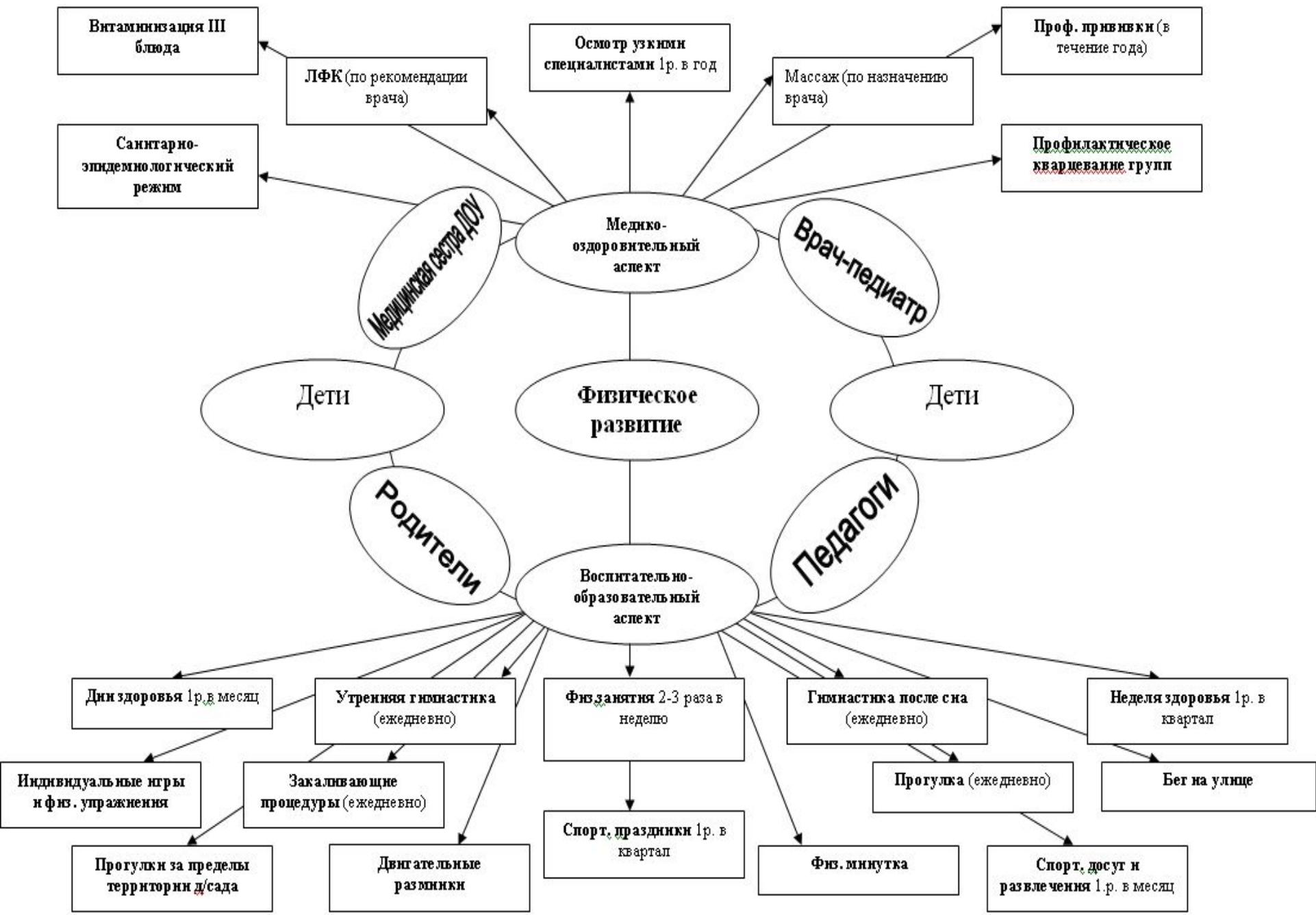
**Физкультурные  
досуги и праздники  
в ДОУ**



«Я не боюсь еще и еще раз повторить:  
забота о здоровье - это важнейший труд  
воспитателя. От жизнерадостности,  
бодрости детей зависит их духовная  
жизнь, мировоззрение, умственное  
развитие, прочность знаний, вера в свои  
силы».

**В.А. Сухомлинский**

# Модель физкультурно-оздоровительной работы



# Содержание:

- Понятие физкультурные досуги и праздники в ДООУ
- Задачи по возрастам
- Структура досуга, праздника
- Подготовка досуга и праздника
- Методика проведения
- Варианты
- Рекомендации воспитателям/консультации для родителей
- Литература

# Понятие физкультурные досуги и праздники в ДОУ

Это одна из форм активного отдыха детей. В содержание досуга входят знакомые детям физические упражнения, но проводимые в игровой форме, в виде веселых забав, аттракционов, что создает положительный эмоциональный фон, оказывающий благоприятное воздействие на организм ребенка. На физкультурных досугах закрепляются двигательные умения и навыки детей, развиваются физические качества. Досуги способствуют воспитанию у детей чувства коллективизма, товарищества, взаимопомощи, смелости, дисциплинированности, организованности.

Физкультурно-спортивный праздник, одна из форм активного отдыха детей и взрослых, включает разнообразные виды физических упражнений (гимнастика, подвижные и спортивные игры, спортивные упражнения) преимущественно на открытом воздухе в сочетании с элементами драматизации, хореографии, пения, викторин, конкурсов и аттракционов.

Праздник - это всегда радость, веселье. Одно только его ожидание способно вызвать у ребенка положительные эмоции, отвлечь от «ухода» в болезнь (В.Л. Страковская). Подвижные игры, аттракционы, конкурсы, розыгрыши, потехи, сюрпризы, которыми насыщена программа любого праздника, часто сопровождаются спонтанными комичными ситуациями, вызывают искренний смех, удивление, восторг. Уже одно это обстоятельство делает праздник незаменимым средством профилактики и даже лечения различных нарушений в состоянии здоровья.

Физкультурный досуги и праздники развивают мышление, воображение, целеустремленность, культуру чувств (например, приучают ребенка сдерживать свои чувства и желания, проявлять решительность). Он развивает в детях умение двигаться к музыке, музыкальный слух, память.

Праздники в детском саду строятся на основе усвоенных ранее физических упражнений: основных видов движений, гимнастики, подвижных и спортивных игр, спортивных упражнений.

Целью таких праздников является возможность привлечения детей 5–7 лет к соревновательной деятельности с элементами спорта, а младших и средних дошкольников — к выполнению простейших упражнений и участию в подвижных играх.

Праздник, досуг может начаться с загадок, ходьбы, ОРУ. Затем проводится 1-2 игры большой подвижности, после этого – 2-3 аттракциона. Завершается вечер спокойной игрой и ходьбой.

Дозировка физической нагрузки с возрастом увеличивается.

Физкультурные досуги проводятся как на воздухе, так и в помещении. Досуги отличаются от физкультурного занятия всевозможными сюрпризными моментами: введением персонажа, получением письма от кого-либо, вручением подарков.

# Задачи праздников

## Задачи

Развитие  
двигательных  
качеств,  
обучение  
естественным  
видам  
движений

Улучшение  
физического  
развития и  
Физического  
состояния  
каждого ребенка

Развитие,  
формирование  
эстетических  
взглядов и  
убеждений

Взаимосвязь  
физического  
и духовного  
развития  
дошкольников

# Основными целями проведения спортивного досуга являются:

- реализация принципа преемственности, обеспечивающего непрерывное развитие и воспитание ребенка;
- осуществление целостности процесса образования (единство воспитания, обучения и развития) детей дошкольного возраста как совокупности педагогических условий, направленных на развитие личности ребенка, раскрытие его индивидуального мира, способностей и склонностей, накопление опыта обучения и взаимодействия с миром, культурой и людьми;
- реализация вариативности современного дошкольного образования;
- становление начальной здоровьесберегающей компетентности, как готовности самостоятельно решать задачи, связанные с поддержанием, укреплением и сохранением здоровья детей.

# Педагогические требования к организации и проведению

## физкультурного досуга, праздника

Физкультурный досуг проводится во всех возрастных группах, начиная со второй младшей, один-два раза в месяц. В младшей и средней группах в течении двадцати-тридцати минут, в старшей - тридцать пять-сорок минут, в подготовительной к школе - сорок-пятьдесят минут.

Организуются они во второй половине дня, после полдника, преимущественно на открытом воздухе (в ненастную погоду в зале). В каникулы, а также в летнее время, физкультурный досуг может проводиться и первой половине дня, после завтрака.

Длительность праздника определяется возрастом участвующих: 45-50 минут для детей 4-5 лет; 60-90 минут для детей 6-7 лет. Если в празднике участвуют дети разного возраста и взрослые, то длительность участия детей определяется их психическими и физическими возможностями. Однако в любом случае праздник не должен длиться более 2 часов, иначе наступает утомление, снижающее интерес к происходящему.

# Требования к сценарию праздника

- обеспечение постепенного возрастания психической и физической нагрузки;
- чередование игр и соревнований с высокой физической нагрузкой и эмоциональным накалом и заданий, направленных на снятие напряжения (с использованием стихов, песен, потешек, считалок, зачинов и т.д.);
- чередование массовых и индивидуальных игр и заданий;
- участие и оценка деятельности каждого ребенка с учетом его индивидуальных особенностей и возможностей;
- сочетание знакомых детям и вызывающих у них положительное эмоциональное состояние игр, заданий с включением новых атрибутов, музыки, персонажей.

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 аттракционы, вызвавшие наибольший интерес.

Интеграция познавательной и двигательной активности детей в процессе проведения спортивных досугов и праздников способствуют эффективному решению как оздоровительных, так и воспитательных и образовательных задач.

### **Оздоровительные задачи:**

- сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей;
- создавать условия для удовлетворения естественной потребности детей в движении;
- дозировать физическую нагрузку с учетом состояния здоровья, возраста детей и их функциональных возможностей.

## Образовательные задачи:

- формировать доступные знания об основах здорового образа жизни и приобщать дошкольников к физической культуре;
- закреплять и совершенствовать у детей элементарные знания и представления о разных видах движений и способах их выполнения;
- способствовать овладению детьми игровой деятельностью, соблюдая основные правила игры.
- упражнять и закреплять двигательные умения и навыки в соответствии с программным содержанием;

## Воспитательные задачи:

- развивать у детей интерес к подвижным играм и физическим упражнениям с использованием разных предметов;
- формировать у дошкольников умение играть дружно, согласовывая свои действия действиями других;
- побуждать детей к самостоятельности и умению проявлять активность в играх и упражнениях.

# Задачи по возрастам

При проведении физкультурного досуга в разных возрастных группах перед воспитателем стоят определенные задачи: в *младшем дошкольном возрасте* необходимо привлекать детей к активному 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 досуга и праздника

## 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. Обще групповые упражнения в разнообразных основных движениях (ходьба и бег на четвереньках, лазанье по поваленному дереву).
7. Подвижная игра.
8. Игра малой подвижности.

## 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 приедет в гараж» и т.д. При составлении содержания следует помнить об активном участии каждого ребенка в играх и упражнениях:

1. Сюрпризный момент (телеграмма, встреча с литературными героями).
2. Игровое задание для всей группы (проехать на лыжах через трос воротцев, находящихся на расстоянии 5-6 шагов друг от друга).
3. Игровое упражнение для всей группы (карусель на лыжах вокруг елки в концентрических окружностях).
4. Игра хоровод.
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.

## 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.

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.

# Структура праздника

I часть:

Вводная – формирует эмоционально-положительное отношение и интерес детей к двигательной деятельности.

## II часть:

Основная – обучает способам передачи двигательной выразительности, побуждает к самостоятельному решению двигательных задач, загадок, проблемных ситуаций, способствует поиску детьми творческих композиций.



• III часть:

Заключительная – решает

задачи снятия

эмоционального

напряжения,

приобретения навыков

саморасслабления.

# Виды праздников в ДОУ

1. По двигательному содержанию праздники делятся следующим образом.

- Комбинированные. Строятся на основе сочетания разных видов физических упражнений: гимнастики, подвижных и спортивных игр, спортивных упражнений. Его преимуществом является возможность привлечения детей 5-7 лет к соревновательной деятельности с элементами спорта, а младших и средних дошкольников - к выполнению простейших гимнастических упражнений и участию в подвижных играх и забавах.

- **На основе спортивных игр** (проведение между параллельными группами чемпионата по футболу, баскетболу, хоккею и т.д.). Такой праздник можно организовать в том случае, если дети достаточно хорошо владеют техникой игры и знакомы с ее правилами. Чтобы привлечь к участию в нем всех детей, можно в перерывах между таймами организовать танцевальные выступления девочек и игры для болельщиков. Если уровень двигательной подготовленности детей недостаточно высок, то праздник может принять форму соревнований между командами на скорость и качество выполнения отдельных элементов спортивных игр (вести мяч и забросить его в корзину; дольше продержат теннисный мяч на ракетке; забить волан ракеткой в круг и т.п.). Можно также включить в праздник игры-эстафеты и игры с элементами индивидуальных и коллективных соревнований.

- **На основе спортивных упражнений.** Такие праздники организуются на основе объединения нескольких сезонных видов спорта (например, ходьба на лыжах, катание на санках зимой или катание на велосипеде, роликах, самокатах летом). В содержание праздника могут быть включены спортивные упражнения одного вида (например, плавание).
- **На основе подвижных игр, аттракционов, забав.** Это наиболее распространенный вид праздника. Он не требует сложного инвентаря, специально оборудованной площадки (его можно провести на полянке или утрамбованной дорожке). Универсальность праздника заключается в том, что к участию в нем можно привлечь детей всех возрастов и взрослых.

- **Интегрированные.** В содержание этих праздников наряду с двигательными заданиями включаются элементы познавательной, изобразительной деятельности, театра и т.п.

## По методам проведения праздников выделяются следующие их разновидности.

- **Игровые** (проводятся с детьми всех возрастов).
- **Соревновательные** (проводятся с детьми 5-7 лет). Участники двух и более команд соревнуются между собой, или все дети вступают в противоборство с реальным или воображаемым персонажем.
- **Сюжетные**. Выполнение двигательных заданий осуществляется в соответствии с рассказом ведущего, а все игры и упражнения связываются единой темой и идеей.
- **Творческие**. Их цель - формирование творческой активности, умения самостоятельно принимать решения, инициативы (проблемные ситуации и задачи, задания-головоломки, вопросы-провокации, поисковые вопросы, метод групповой дискуссии и т.п.).



3. По месту проведения праздники  
делятся так:

- на спортивной площадке или стадионе;
  - в природных условиях (в лесу, у водоема, в парке);
  - в спортивном зале;
  - в бассейне.
- 
- 

# Подготовка досуга и праздника

Ее осуществляют педагогический коллектив дошкольного учреждения, родители. Активными участниками подготовки к празднику должны быть дети старших групп.

Надо обозначить задачи праздника, дату, время, место его проведения.

Составить сценарий, подготовить красочное оформление площадки (зала).

Продумать музыкальное сопровождение.

Подготовить показательные выступления: парад участников, конкурсы, игры, соревнования.

Подготовить сюрпризы.

Выделить ответственных за подготовку и проведение праздника.

Определить количество участников каждой возрастной группы дошкольного учреждения.

Обозначить порядок подведения итогов конкурсов и соревнований, поощрение участников праздника.

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: на лугу, в лесу, на берегу моря, реки, озера, а также в помещении.

При определении тематики и содержания досуга следует также учитывать климатические условия и национальные традиции местного населения.

При планировании и подготовке праздника необходимо:

- обозначить задачи праздника, дату, время, место его проведения;
- подготовить показательные выступления: парад участников, конкурсы, игры, соревнования;
- выделить ответственных за подготовку и проведение праздника (желательно участие заведующей, методиста, воспитателей групп, воспитателя по физической культуре, родителей, представителей микрорайона);
- определить количество участников каждой возрастной группы детского сада, а также приглашенных гостей;
- обозначить порядок подведения итогов конкурса и соревнований, поощрение участников праздника.

При любой форме организации физкультурного праздника для дошкольников необходимо помнить следующее:

- - недопустимо перерастание детского праздника в развлекательное зрелище для взрослых. Особенно это касается праздников с элементами состязаний, организуемых по инициативе спортивных организаций;
- - недопустимо отбор участников – детей, дающих только лучшие результаты. Желательно, чтобы участвовали все дети;
- - при подготовке к празднику важно поддерживать живой интерес детей к мероприятию. Не следует увлекаться чрезмерным количеством повторов, тренировок, отдельных заданий – выступлений, особенно игр соревновательного характера;
- - необходимо рациональное распределение физической нагрузки в разных видах деятельности (с учетом уровня развития двигательной активности и физической подготовленности детей).

Таким образом, процесс подготовки к празднику сплачивает детский коллектив, детей и взрослых (педагогов и родителей) единством цели и общими задачами. Позиция воспитателей, инструктора по физвоспитанию, родителей во многом определяет отношение детей к физической культуре и спорту. Если взрослые ведут здоровый образ жизни, регулярно вместе с детьми выполняют хотя бы простейшие физические упражнения, подвижны, легки на подъем, это является «благодатной почвой, на которой взойдут добрые всходы» - крепкие, здоровые, любящие физкультуру дети.

## Методика проведения

Досуги проводятся 1-2 раза в месяц, начиная со 2-ой младшей группы.

Длительностью 15-25 мин. в средней группе, 25-35 мин в старшей и подготовительной группах.

Рекомендуется проводить его в вечернее время (16-17 часов), в дни, когда нет физкультурных занятий. В каникулярное время (январь) и в летний период досуг может проходить в первую половину дня (9-11 часов).

# *Младший и средний дошкольный возраст*

Задачи физкультурного досуга во 2-ой младшей группе состоят в том, чтобы привлекая ребенка к посильному участию в коллективном и индивидуальном действии, обогащать его яркими впечатлениями, доставлять ему радость в ощущениях собственных движений в играх, забавах, танцах, хороводах.

Детей средней группы необходимо приучать к самостоятельному участию в совместных упражнениях, играх, развлечениях, при этом побуждать каждого ребенка к проявлению своих возможностей.

Содержание игр и игровых упражнений должно строиться на основе опыта маленького ребенка, его представлениях и знаниях об окружающих предметах, людях, животных. В этом возрасте часто включают игры, где надо выполнять движения в соответствии с текстом стихотворения.

Для детей младшего и среднего возраста досуги проводят в сюжетной форме с введением литературного (сказочного) героя или без него. Следует отметить, что персонаж должен быть знаком детям, вызывая у них положительные эмоции. Дети не должны его бояться. Здесь педагогу поможет знание программного литературного материала для детей данного возраста или совет старшего воспитателя дошкольного учреждения, а также взаимодействие с воспитателем группы, которые на своих занятиях проведут предварительную работу с детьми.

Подбирая материал для детей младшего возраста, необходимо предусмотреть фронтальное выполнение, когда все дети вовлечены в игры и упражнения. В среднем дошкольном возрасте следует постепенно вводить игры с элементами соревнования. Детям этого возраста еще не свойственно чувство коллективизма, они заботятся только о своем успехе. Поэтому элементы соревнования носят индивидуальный характер.

# *Старший дошкольный возраст*

При проведении досуга в старшем дошкольном возрасте необходимо развивать у детей умение творчески использовать свой двигательный опыт в условиях эмоционального общения со сверстниками, приучать проявлять инициативу в разнообразных видах деятельности.

Для детей старших и подготовительных групп можно также проводить досуги в сюжетной (тематической) форме с введением литературного (сказочного) героя или без него.

Дети старшей и, особенно, подготовительной групп обладают довольно широким спектром знаний, умений. Поэтому в досуги вводятся интеллектуальные задания, используются элементы математики, развития речи, конструирование. Включаются задания на развитие психических процессов.

Главной задачей педагога при проведении физкультурного досуга является:

- создание бодрого, радостного настроения,
- стимулирование активности каждого ребенка с учетом его индивидуальных возможностей,
- дифференцированный подход к оценке результатов его действий,
- предоставление возможности испытать приятное ощущение удовольствия от выполняемых им и другими детьми движений, а также радости от успехов товарища.

Для досугов выбираются упражнения, освоенные детьми на физкультурных занятиях, в которых можно состязаться в ловкости, быстроте, смекалке, находчивости, сообразительности. Дети выполняют задания: пройти по скамейке, не разлив воду в чашке; с завязанными глазами найти погремушку, подвешенную на ленточке, и др.

# Методика проведения физкультурных праздников в разных возрастных группах

## Вторая младшая группа

Физкультурный праздник чаще всего дети младшего возраста приглашаются к более старшим, однако он может устаиваться и для воспитанников 2-ой младшей группы.

Необходимо в начале года спланировать физкультурный праздник, наметить его тематику. Содержание физкультурного праздника во многом зависит от сезона года и конкретных условий, в которых проводится. В зимнее время необходимо использовать упражнения, характерные для зимних условий – катание на санках, игры на снегу, в летнее время возможно включение упражнений, требующих большого пространства – игры с бегом, прыжками, метанием, упражнения в равновесии в разных условиях.

## Средняя группа

Физкультурный праздник, как правило, воспитанники средних групп привлекаются к участию в праздниках, организуемых для старших дошкольников.

Однако не меньше 2 раза в год – зимой и летом – организуются для этих детей самостоятельные физкультурные праздники. Длятся они в пределах 50 минут. В программе праздника планируются знакомые веселые игры и упражнения (аттракционы, хороводы), в которых принимают участия вся группа, а также танцевальные выступления детей и выступления – экспромты (бег вдвоем в одном обруче, прыжки через снежный вал).

## Старшая группа

Физкультурный праздник проводится 2 – 3 раза в год. Длительность составляет 60 минут.

Целью праздника в старшем дошкольном возрасте является активное участие всего коллектива группы, посредством чего выявляются двигательная подготовленность детей, умения проявить физические качества в необходимых условиях.

В программу праздника включаются физические упражнения, игры с элементами спорта, подвижные игры, спортивные упражнения, игры – эстафеты, а также занимательные викторины и загадки.

# Варианты

Физкультурные досуги могут быть различные по содержанию и организации.

- **Первый вариант.**

Физический досуг строится на хорошо знакомых детям играх и упражнениях. Вначале предлагаются игры малой и средней подвижности, такие как «Море волнуется», «Сделай так», «Ровным кругом», «Ручеёк», «Светофор». В таких играх детям предоставляется возможность проявить свой замысел фантазию. Затем дети участвуют в разных аттракционах, выполняют двигательные задания в игровой форме. Содержание игр нужно подбирать с учетом уровня двигательной активности детей. Так, детям с высокой двигательной активностью предлагают игры-упражнения на равновесие. «Пройди, не упади», на внимание «Помни свое имя», «Собери предметы парами», «Будь внимателен». Детям с низкой двигательной активностью предлагаются игры-упражнения типа «Займи свой домик», «Удочка», «Перебежки», «Догони меня».

Вначале одна подгруппа выполняет задание, другая наблюдает, выступая в качестве болельщиков. После двигательных заданий подгруппы меняются местами.

После короткого отдыха (3-5 минут) детям предлагаются игры-соревновательного характера: «Кто быстрее построит пирамиду» (собрать по форме, цвету), «Кто быстрее допрыгает с зажатыми между стопами мячом», «Найди себе пару», «Бег в мешках», «Веревочка», «Перетягивание каната».

В конце с детьми проводятся игры низкой степени интенсивности, такие как «Узнай по голосу», «Ручеек», «Карусель», «Найди, где спрятано», разные народные игры.

## • Второй вариант.

Физкультурный досуг может состоять из одних спортивных игр: баскетбола, футбола, хоккея, настольного тенниса, городков. Использование этого варианта возможно лишь в этом случае, если все дети хорошо владеют элементами спортивной игры. Здесь также необходим индивидуально-дифференцированный подход. Так, детям с высоким и средним уровнем двигательной активности и хорошей физической подготовленностью предлагаются более сложные элементы спортивных игр с достаточно высокой физической нагрузкой. К этим детям предъявляются более строгие требования по качеству выполнения задания. Детям с низким уровнем двигательной активностью и с отставанием в развитии моторики рекомендуем давать более простые задания с постепенным увеличением физической нагрузки.

Например, игру в баскетбол, с учетом индивидуально-дифференцированного подхода, можно организовать следующим образом. Дети выходят на спортивную площадку, приветствуют друг друга и строятся в две колонны (команды). Капитаны команд подходят к судье (воспитателю), приветствуют друг друга. Воспитатель дает задание. Первой команде (детям с высоким и средним уровнем двигательной активности) даются следующие задания: отбивая мяч о землю, продвинуться вперед на расстояние 4-5 м., стараясь не потерять его; подбросить и поймать мяч 10 раз подряд. Второй команде (с низким уровнем двигательной активности) даются такие задания: отбивать мяч на месте или продвигаясь вперед, стараясь не потерять его; бросать мяч в корзину любым способом.

## • Третий вариант.

Физкультурный досуг может быть построен на упражнениях в основных видах движений и спортивных упражнениях. Это могут быть: бег, прыжки, метание, лазание, ползание на четвереньках, езда на самокате, велосипеде, прыжки через короткую скакалку. В основу организации также должен положен принцип индивидуально- дифференцированного подхода. Первая подгруппа детей (с высокой двигательной активностью) выполняет упражнения, направленные на развитие внимания, точности выполнения движений, такие как езда на велосипеде прямо, с поворотами, по кругу, «змейкой», по узкой дорожке с изменением темпа катания. Вторая подгруппа детей (с низкой двигательной активностью) выполняет задания, направленные на развитие скорости, быстроты реакции, такие как езда на велосипеде по прямой с разной скоростью.

## • Четвертый вариант.

Физкультурный досуг «Веселые старты» строится в основном на играх- эстафетах, хорошо знакомых детям. Каждая подгруппа участвует в разных эстафетах, имеющих разное содержание и объем физических нагрузках. Для первой подгруппы (с высокой двигательной активностью) предлагаются сложные эстафеты, требующие внимания и точности выполнения. Например, игра-эстафета «Построй эстафету»: дети стоят в две колонны (команды), первый ребенок по сигналу воспитателя бежит в конец площадки до обозначенного места (большой куб), смотрит на рисунок, лежащий возле куба (разноцветная пирамида), берет из корзины, находящейся рядом, маленький кубик соответствующего цвета, ставит его на большой куб и бежит обратно в конец своей колонны, дотронувшись рукой до первого стоящего.

# Литература

1. Аксенова З.Ф. Традиционные праздники и развлечения в детском саду.: Сценарии.-М.: ТЦ Сфера, 2003. -128с.
2. Бочарова Н. Физкультурно-спортивные праздники в детском саду: новые подходы, методические рекомендации // Дошкольное воспитание. 2004. № 1. С. 46-51.
3. Евсеева, Н. Физкультурный досуг / Н.Евсеева // Дошкольное воспитание. – 2006. - № 3. – С.123 – 125.
4. Кожухова Н. Н. и др. Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях: Учеб. пособие для студ. высш. и сред. пед. учеб. заведений / Н. Н. Кожухова, Л. А. Рыжкова, М. М. Самодурова; Под ред. С. А. Козловой. - М.: Издательский центр «Академия», 2002. - 320 с.
5. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 368 с.
6. Харченко Т.Е. "Физкультурные праздники в детском саду" Пособие для педагогов ДОУ.- СПб.: " ДЕТСТВО- ПРЕСС", 2009г.
7. Хухлаева Д.В. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях. – М.: Просвещение, 1984. – 208с.
8. Картушина М.Ю. Сценарии оздоровительных досугов для детей (3-4 лет, 4-5 лет, 5-6 лет) 6-7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2004. – 128 с. (Серия «Вместе с детьми»).

Спасибо за  
внимание!

