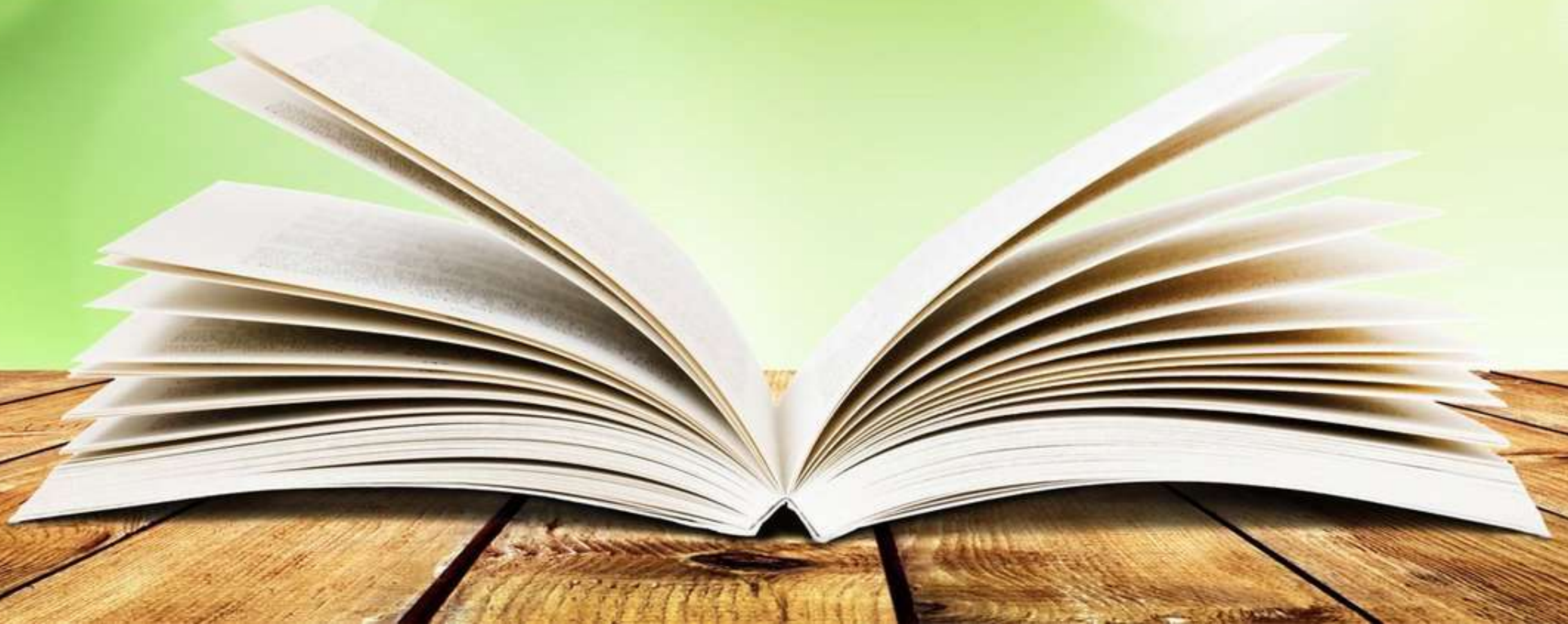


Организация и методика проведения физкультурного досуга в ДОУ.



Физкультурный досуг - одна из форм активного отдыха детей.

- Физкультурный досуг целесообразно посвящать временам года, интересным спортивным событиям, использовать музыкальное сопровождение.
- Физкультурный досуг не должен совпадать с физкультурными занятиями и праздниками.
- Физкультурный досуг проводится в хорошо проветренном помещении.
- Физкультурный досуг позволяет реализовать естественную потребность ребенка в движении, восполнить дефицит двигательной активности.
- Физкультурный досуг в ДООУ проводится 1 раз в месяц в каждой возрастной группе, начиная со 2-ой младшей группы.
- Физкультурный досуг рекомендуется проводить в вечернее время (16-17 часов).
- Дозировка физической нагрузки на физкультурных досугах с возрастом увеличивается. Длительность досуга колеблется от 20 до 40 минут в зависимости от возраста детей.
- Проводится досуг воспитателем или инструктором по физической культуре.

В начале учебного года составляется перспективный план дошкольного учреждения, в который включаются и физкультурные досуги. Намечается тематика физкультурных досугов, сроки, место проведения, участники, ответственные.

Взяв за основу программный материал по воспитанию и обучению детей дошкольного возраста, при планировании досугов инструктор по физической культуре должен исходить из условий своего дошкольного учреждения, возрастных и индивидуальных особенностей детей, их опыта, подготовленности.

В связи с тем, что физкультурные досуги базируются на знакомых детям физических упражнениях, играх, разучиваемых на физкультурных занятиях, прогулках, то при планировании досуга ставятся уже задачи не обучения, а закрепления и совершенствования.

На первый план выходят задачи оздоровительные и особенно воспитательные.



Вторая младшая группа.

Физкультурный досуг проводится во второй половине дня в течение 20 минут. Содержанием его являются физические упражнения, которые имеют форму игр и забав. Основное время досуга должно быть заполнено движениями.

«В страну здоровья»



«В гости к солнышку»



«Зимние забавы»



Средняя группа.

Физкультурный досуг проводится во второй половине дня.

Длительность его 20-30 минут.

Важно приучать детей к самостоятельному участию в совместных упражнениях, играх, побуждая каждого ребёнка к проявлению своих возможностей. Физкультурный досуг является как бы итогом работы за прошедший месяц.



«Все, все рады весне»



«Зимние забавы»



Старшая и подготовительная группы.

Требование ко времени физкультурного досуга: длительность 30-40 минут. В старшем дошкольном возрасте необходимо развивать у детей умение творчески использовать свой двигательный опыт. В программу физкультурного досуга включаются соревнования по подвижным и спортивным играм, комбинированные эстафеты и аттракционы.



«В цирке»



«Что нам нравится зимой»



«Дорожная азбука»



С детьми можно разучить спортивный танец и использовать его на досуге.

Спортивный танец представляет собой комплексное использование упражнений

ритмической гимнастики.

Длительность 2 - 2,5 минут.



Физкультурный досуг должен быть насыщен действиями, проходить без пауз, лишней траты времени на организацию.

Заканчивается физкультурный досуг подведением итогов игр и эстафет. Отмечаются победители.

Таким образом, методика проведения физкультурного досуга в старшем возрасте имеет свою особенность. Это связано с возросшими возможностями старших дошкольников и с их двигательным опытом.





Физкультурные досуги можно проводить на воздухе, что способствует оздоровлению, а также закаливанию организма детей.

Досуги на воздухе позволяют выполнить движения на большем пространстве, усиливают физическую нагрузку, предоставляют широкие возможности для проведения спортивных игр, эстафет.



В зимнее время физкультурный досуг проводится на открытом воздухе при температурных условиях, соответствующих гигиеническим нормам данного региона страны.



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

- Недопустимо перерастание детского праздника в развлекательное зрелище для взрослых.
- Не допускать, чтобы кто-то из детей не участвовал в досуге.
- Важно поддерживать живой интерес детей к мероприятию.
- Не следует проводить репетиции.
- Рационально распределять физическую нагрузку в разных видах деятельности.
- Вызвать у детей желание участвовать в будущих досугах.
- Помните! «Главное - не победа, а участие!» Важно, чтобы призы получили и победители и побежденные.



Таким образом, при проведении физкультурных досугов и развлечений дети получают возможность проявлять большую активность, самостоятельность и инициативу в действиях, дети без суеты, спокойно и уверенно выполняют задания.

Если ребенок получил эмоциональное удовольствие от удовлетворения природной потребности в движении, то досуг останется у него надолго в памяти, как яркое событие.



Спасибо за внимание.

