

Спортивно-массовые мероприятия в ДОУ
– как средство по приобщению к
здоровому образу жизни

Все чаще мы слышим разговоры о том, что современные дети гиперактивны или наоборот малоподвижны, при этом подвержены отрицательному влиянию окружающей среды. У ребенка много энергии! Важно пустить эту энергию в нужное русло, дать выход отрицательным эмоциям. Врачи, психологи и педагоги ставят знак равенства между весельем, лучистой улыбкой и физическим здоровьем. Получая положительный эмоциональный заряд, организм открывается добру и красоте. Давно известно, что хорошее настроение имеет высокую целительную силу.

Именно поэтому, почти как воздух, необходимы детям праздники и развлечения. Для ребенка праздник – это целое событие. Невозможно представить себе жизнь ребенка в детском саду 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.

Физкультурный праздник – это зрелищное массовое мероприятие, способствующее пропаганде физической культуры и здорового образа жизни. Тема праздника может быть посвящена выдающимся событиям в спортивной жизни, знаменательным датам, отдельным видам спорта.

Воспитывать детей здоровыми, сильными, эмоциональными – задачи каждого дошкольного учреждения.

Именно поэтому в последнее время в системе физического воспитания ребенка-дошкольника прочное место заняли физкультурные праздники, которые зарекомендовали себя как наиболее приемлемая и эффективная форма активного отдыха детей.

В ходе любого праздника осуществляется комплексное решение целого ряда задач, способствующих гармоничному развитию ребенка, но одновременно ставится главная задача, в соответствии с которой подбирается тематика и содержание, определяются методы и приемы работы.

Следует выделить несколько задач, которые решаются в ходе проведения физкультурных праздников:

1. *Формировать здоровый образ жизни.* Это тематические праздники типа «Солнце, воздух и вода – наши верные друзья», «День здоровья», «Праздник чистюль», и т.п. Правильно подобранные тематические подвижные игры и упражнения в сочетании с текстом, поединки детей с врагами здоровья (лень, обжорство, страхи, неряшливость и т.п.) позволяют формировать положительное отношение к закаливанию, физкультуре, гигиеническим процедурам, режиму дня.

2. *Воспитывать интерес к физкультуре и спорту, к личным достижениям, к спортивным событиям нашей страны и всего мира.* Характерными особенностями этих праздников является включение в их программу игр с элементами командного и личного соревнования, эстафет. Немаловажная роль отводится также подбору познавательного материала, направленного на систематизацию знаний детей о видах спорта, олимпийском движении, российских спортсменах и т.п. Тематика таких праздников разнообразна: «Олимпийцы», «Веселые старты», «Мы – будущие чемпионы».

3. *Развлечь детей, доставить им радость.* Это шуточные праздники-развлечения с целью создания хорошего настроения от игр, аттракционов. Совместная со взрослыми деятельность, музыкальное сопровождение, введение забавных атрибутов, веселых героев и т.п.

4. *Развивать творческую активность, инициативу, коммуникативные способности.* Делает этот праздник весьма привлекательным для детей хорошо продуманная мотивация действий – взаимосвязанные задания-испытания. Деятельность детей в этом случае менее регламентирована: они сами находят выход из ситуации. Тематика определяется интересами детей и возможностями взрослых.

5. *Демонстрировать спортивные достижения.* Например праздники-соревнования проходящие с детьми из других ОУ.

6. *Воспитывать интерес к народным традициям.* Эти фольклорные по тематике и содержанию праздники проводятся в соответствии календарем (Рождество, Масленица). Они состояются на доступном детям материале с использованием народных игр, забав, хороводных плясок, песен, атрибутов национальной одежды, инвентаря.

7. *Формировать познавательную активность.* Целью является расширение и систематизация знаний в области экологии, географии, астрономии, литературы, основ безопасности жизнедеятельности и т.д. В такие праздники включаются соревнования эрудитов (юных астрономов, экологов, знатоков правил дорожного движения и т.п.), викторины, разгадывание кроссвордов, отгадывание загадок и т.п. Путешествуя из эпохи в эпоху, по разным континентам и планетам, при этом решая социально значимые задачи, дети получают элементарные представления в области географии, истории, естествознания и других наук.

8. *Воспитывать нравственные качества.* Такие праздники особенно значимы для разновозрастных и разнополых коллективов, в которых создаются благоприятные условия для формирования дружеских взаимоотношений между детьми и гуманного отношения ко всему живому. Игровая деятельность, направленная на формирование готовности и умений прийти друг другу на помощь или выручить в опасной ситуации, является непременным компонентом содержания этих праздников.

Значение спортивных праздников в организации физкультурно-оздоровительной работы дошкольного учреждения

Работа по физическому воспитанию с дошкольниками представляет собой комплекс оздоровительных, образовательных и воспитательных мероприятий, основу которых составляет двигательная деятельность. Главная цель их состоит в том, чтобы, удовлетворяя естественную биологическую потребность в движении, добиться хорошего здоровья и физического развития детей; обеспечить овладение дошкольниками жизненно важными двигательными навыками и элементарными знаниями о физической культуре; создать условия для разностороннего развития ребят и воспитания у них потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями.

В системе физкультурно-оздоровительной работы дошкольного учреждения существуют разные формы организации активного отдыха дошкольников. Физкультурные праздники являются эффективной формой отдыха детей, которые зарекомендовали себя как наиболее приемлемая и эффективная форма активного отдыха детей.

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.

Классифицировать спортивные праздники можно следующим образом:

1. По методам проведения. Речь идет о преимущественном использовании какого-либо метода. Ведь в любом из праздников используется разнообразие методов и приемов обучения и воспитания детей:

- *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.). Проведение таких праздников требует от взрослого высокого профессионализма, так как неожиданные для него решения детей могут изменить ход сценария. Поэтому в сценарий закладывают разные варианты выхода из предлагаемой ситуации, чтобы дети почувствовали себя ответственными за ход и результаты своих действий.

2. По двигательному содержанию:

- **Комбинированный.** Строится 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.) (Иллюстрация 1,2). 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, гимнастика) (Иллюстрация 5).

- **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 в том, что к участию в нем можно привлечь детей всех возрастов и взрослых.

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

3. По месту проведения:

- на спортивной площадке или стадионе;
- в спортивном зале;

4. По составу детей:

- **дети от 4 до 7 лет и взрослые.** Он, как правило, строится на подвижных играх, аттракционах, забавах, в которых (поочередно или небольшими разновозрастными группами) участвуют все дети, а в массовых играх, хороводах и танцах одновременно принимают участие все желающие.

- **на основе объединения детей одного возраста или близких по возрасту.** Если он строится на играх с элементами соревнования или спортивных играх, то участниками являются *дети 6-7 лет*. Если это праздник-развлечение, в котором преобладают сюжетные игры и музыкальные сюрпризы, участниками могут стать *дети 4-5 лет*.

- **с участием родителей, бабушек, дедушек, братьев и сестер.** Определяются общие и отдельные игровые задания и массовые шуточные эстафеты.

5. По характеру используемого оборудования, инвентаря, пособий

- С применением *спортивного, физкультурного и туристического инвентаря*

- С использованием *природного материала* (осенние листья, цветы, постройки из снега, льдинки, снежки, шишки, камушки, пеньки, бревна и т.п. – в зависимости от сезона и природного окружения).

- С использованием *самодельного или приспособленного инвентаря*. В ход могут пойти автопокрышки разного размера (из них можно сконструировать самые разные снаряды), лестница, бельевая веревка, предметы быта, детская мебель (стулья, табуреты), даже пластиковые бутылки, наполненные песком и т.п.

- С *сюжетными игрушками и игровыми пособиями для детей младшего возраста* (куклы, зверюшки, машины, игрушки-каталки, строительный материал).

6. В зависимости от сезона.

Подготовка и проведение спортивного праздника

Организация любого праздника – достаточно сложный процесс, включающий этапы подготовки, проведения и подведения итогов. Обычно праздник начинается торжественным входом, парадом участников и включает показательные выступления и концертную программу детей и взрослых, эстафеты, конкурсы, награждение лучших физкультурников детского сада и вручение призов участникам.

Организация спортивного праздника требует большой предварительной работы для всех участников: педагогического коллектива, родителей и детей. Это беседы о предстоящем событии, составление сценария, распределение ролей и обязанностей между участниками, подбор музыкального сопровождения, оформление зала или площадки, подготовка спортивной формы, эмблем, приглашений и т.п.

Такая совместная деятельность способствует воспитанию дружелюбия, товарищеской взаимопомощи и поддерживает желание активно участвовать в других мероприятиях, организуемых в детском саду.

Участие в физкультурном празднике оказывает комплексное влияние на формирование личности ребенка, улучшает взаимоотношения в семье, коллективе группы, повышает интерес детей и родителей к занятиям физической культурой. Возглавлять подготовительную работу может инструктор по физической культуре или воспитатель. Весьма ощутимую помощь способны оказать старшие братья и сестры, родители. Организаторы праздника определяют его вид в зависимости от сезона, возраста участвующих, наличия инвентаря, интересов детей.

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.

При составлении плана-сценария необходимо соблюдение ряда условий:

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

Кульминацией любого праздника является сюрпризный момент. Его содержание и время включения в ход праздника зависят от возраста участников праздника.

Награждение должно проходить торжественно и весело.

Заключение

Эффективной и наиболее приемлемой формой активного отдыха детей в системе физического воспитания дошкольного учреждения, несомненно, являются спортивные праздники.

В ходе любого праздника осуществляется комплексное решение целого ряда задач, способствующих гармоничному развитию ребенка, но одновременно ставится главная задача, в соответствии с которой подбирается тематика и содержание, определяются методы и приемы работы. Физкультурные праздники являются действенной формой организации досуга детей, эффективным средством пропаганды физической культуры и спорта.

Классификация спортивных праздников достаточно условна. Классифицировать их можно по методам проведения, по составу участников, по двигательному содержанию, по месту проведения, по характеру используемого оборудования. Они могут быть так же и сезонными. Эти мероприятия требуют тщательной подготовки со стороны педагогического коллектива, родителей, самих детей. Праздники должны стать традиционными. Подготовка любого праздника, в том числе и спортивного, начинается с составления плана-сценария и изготовления атрибутов, плакатов, декораций, эмблем и т.д.

Кульминацией любого праздника является сюрпризный момент.

Педагогам необходимо совершенствовать методы педагогической пропаганды, вовлекать родителей в активный воспитательно-образовательный процесс, чтобы полученные ими знания воплощались в конкретной работе по физическому воспитанию детей.

