

ФИЗКУЛЬТУРНЫЕ ПРАЗДНИКИ

Кувезенкова Елена Вадимовна

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.

Значение физкультурных праздников

- помогают создать целесообразный двигательный режим, который служит повышению функциональных возможностей, улучшению работоспособности и закаленности детей.
- стремясь к достижению лучших результатов в условиях соревнования, дети совершенствуются физически.
- способствуют активному применению дошкольниками приобретенных ранее двигательных умений и навыков, развитию ловкости, быстроты, силы, выносливости, ориентировки в пространстве и др. полезных качеств и способностей.

Значение физкультурных праздников

- Совместная с товарищами деятельность, игры, красочное оформление праздника, оригинальные костюмы, красивые цветные эмблемы, звучание музыки, торжественное открытие и закрытие праздника влияют на развитие у ребят чувства красоты, хорошего вкуса, воображения.
- Дети обогащаются новыми представлениями и знаниями, у них пробуждается интерес к окружающему, пониманию идейной направленности физкультурного праздника определенной тематики.
- Праздники помогают донести до осознания маленьких граждан представления о явлениях общественной жизни.

Значение физкультурных праздников

- Помогают воспитывать уважение к людям разных профессий, привлекать внимание к выдающимся спортивным достижениям. Пробуждают чувство любви к родному краю и дружба к народам.
- Совместная деятельность, достижение хороших результатов командой, преодоление трудностей сплачивает коллектив, вызывает чувство ответственности (индивидуальной и коллективной).
- Способствует воспитанию целеустремленности, настойчивости и находчивости, смелости, решительности и других морально волевых качеств.
- Положительный пример взрослых на празднике служит повышению родительского авторитета.

Классификация физкультурных праздников

- 1. По доминирующей задаче
- 2. По двигательному содержанию
- 3. По методам проведения
- 4. По месту проведения праздники
- 5. По составу детей
- 6. По характеру
используемого оборудования, инвентаря,
пособий
- 7. В зависимости от сезона

Виды праздников

1. Осенний, зимний, весенний, летний.
2. С применением спорт. инвентаря, природного материала, самодельного инвентаря, с сюжетными игрушками.
3. Семейный, участники - дети одного возраста, дети и взрослые.
4. В бассейне, в спортивном зале, на природе, на спорт площадке.
5. Творческие, сюжетные, соревновательные, игровые.
6. Интегрированные, на основе подвижных игр, спортивных упражнений, спортивных игр, комбинированные



Содержание и методики проведения физкультурного праздника

- Открытие праздника (ведущая объясняет его цель и назначение, объясняется, как будут проходить все конкурсы – по командам или индивидуально, происходит знакомство с гостями и жюри).
- Основная часть (дети принимают участие в выполнении игровых спортивных заданий, аттракционах и т.д., дивертисменты- показательные выступления спортсменов, и даже музыкально-танцевальные номера).
- Финал (ведущая произносит слова благодарности всем, кто принимал участие в празднике, подводятся общие итоги и награждаются победители).
- Сюрпризный момент.

Особенности проведения физкультурного праздника в зале



- Легкая удобная одежда, не стесняющая движений;
- Включение музыкальных компонентов в ход праздника;
- Возможность применения световых эффектов;
- Возможность проведения праздника длительностью до 2 часов.

Особенности проведения физкультурного праздника на улице

1. Обязательно учитываются погодные условия;
2. Зимой праздник проводится в ясный день без обильного снегопада при температуре не больше 10-12 градусов мороза.
3. Погодные условия (ветер, сырость, снег, «тяжелый» наст), а также громоздкая одежда и обувь значительным образом сковывают движения.
4. Детей можно привлечь к разметке участка, площадки.



Особенности проведения летнего праздника

- можно проводить на улице;
- можно выделить время для проведения праздника в первой половине дня;
- дети принимают участие в оформлении участка, площадки;
- широкий простор для подбора разнообразных упражнений и игр;
- 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).
- возможность проведения праздника в воде: в бассейне или на море.



Особенности проведения зимнего праздника

- обычно самые крупные действия целесообразнее проводить во второй половине дня, после 15 часов.
- праздник проводится в ясный день без обильного снегопада при температуре не больше 10-12 градусов мороза.
- сочетание нужных физических упражнений с воздействием свежего воздуха станет высоко результативным средством закаливания детей.
- в зимнее время дети могут помочь в разметке участка на секторы для разных видов соревнований, расчистке катка, прокладывании лыжни, создании снежной горки, крепости и лабиринта.
- дети помогают в украшении участка елочной мишурой и серпантином, снежными статуями и специально замороженными разноцветными льдинками.



КАТАНИЕ НА САНКАХ

- оказывает большое влияние на физическое развитие и закалку организма ребенка (вовлекает в работу почти все крупные мышечные группы, способствует энергичному обмену веществ в организме, усиливает функциональную работу внутренних органов). Катание на санках связано с активным восприятием природы, ориентацией в окружающей среде. Оно связано с проявлением волевых усилий, с яркими эмоциональными переживаниями. Все это способствует совершенствованию психических свойств ребенка, его всестороннему развитию. Движения ребенка отличаются большим разнообразием, требуют развитого чувства равновесия, предъявляют соответствующие требования к вестибулярному аппарату, что приводит к более совершенному овладению и управлению движениями. Вызвать активность, самостоятельность, инициативу помогают окружающая обстановка, содержание упражнений. Дети приучаются проявлять волю, преодолевать трудности и препятствия, помогать друг другу.

ХОДЬБА НА ЛЫЖАХ

- Лыжный спорт – один из самых массовых, привлекательных и доступных видов спорта. Включать в праздник ходьбу на лыжах можно уже с трехлетнего возраста. Чистый, морозный воздух закаливает организм, придает бодрость, повышает работоспособность и выносливость. При передвижении на лыжах работают все основные группы мышц, усиливается дыхание и кровообращение. Красивая природа создает хорошее настроение, положительно влияет на нервную систему. Большая динамическая работа ног при ходьбе на лыжах оказывает укрепляющее воздействие на формирование детской стопы, помогает предупредить развитие плоскостопия. Катание на лыжах способствует развитию пространственных ориентировок, координации движений. Благодаря регулярным занятиям на свежем воздухе дети меньше болеют простудными заболеваниями.
- Во время лыжных соревнований ребятам приходится выполнять разнообразные действия: спускаться со склона, делать повороты, подниматься на гору определенным способом. Это способствует воспитанию у них морально-волевых качеств; смелости, решительности, приучает преодолевать трудности и препятствия, формирует выдержку, воспитывает чувство дружбы, взаимопомощи.

Катание на велосипеде

- Катание на велосипеде способствует развитию ориентировке детей в пространстве, сохранению равновесия, развитию таких качеств, как выносливость, скорость, ловкость, смелость, уверенность в своих силах. Умение ездить на велосипеде представляет собой сложное двигательное действие. Основная трудность состоит в сохранении равновесия, так как опорная поверхность мала, а центр тяжести ребенка расположен высоко. Поэтому дошкольники вначале обучаются катанию на трехколесном велосипеде. Трехлетние дети без помощи взрослого с большим удовольствием свободно катаются на трехколесном велосипеде. Затем в возрасте 4-5 лет они без особого труда могут научиться кататься на двухколесном велосипеде. В праздник спорта можно включить соревнования по езде на велосипеде наперегонки.

ПЛАВАНИЕ

- Своеобразно содержание физкультурного праздника на воде - в бассейне, на берегу моря. В ходе его дети показывают свои умения в выполнении подготовительных к плаванию упражнений (скольжение, всплывание, погружение в воду с головой, прыжки в воду и др.), плавание с поддерживающими предметами и без них. При этом широко включаются разнообразные игры, аттракционы, в воде и у воды.