

ОСНОВНІ ВИМОГИ ДО ПРОВЕДЕННЯ ФІЗКУЛЬТУРНИХ РОЗВАГ



Згідно з діючими програмами виховання та навчання дітей у дошкільних закладах фізкультурні розваги, починаючи з другої молодшої групи, проводяться у всіх вікових групах один-два рази на місяць.

Їхня тривалість:

- у групі раннього віку (3-й р. ж.):

- 15 – 20 хв.;
- у другій молодшій групі: 20 – 25 хв.;
- у середній: 25-30 хв.;
- у старшій: 35-40 хв.

Організуються вони, зазвичай, у другій половині дня. А під час канікул та влітку – в першій половині дня після сніданку. Як фізкультурні розваги плануються День здоров'я, спортивне свято, ігри-канікуліади. Водночас не варто передбачати такі види роботи у дні, відведені для фізкультурних занять.

Найзручніше влаштовувати фізкультурні розваги з вихованцями однієї вікової групи. Однак, не зайве об'єднувати для цього і дві одновікові або різновікові групи. Ефективність заходу залежить від активності дітей.

Не слід забувати й про те, що дошкільнятам властиві бурхливі вияви емоцій, особливо в іграх-естафетах змагального характеру. Тому треба стежити, щоб вони надмірно не збуджувались, а разом з тим варто уважно ставитись до їхніх емоційних проявів.

Фізкультурні розваги можна проводити у приміщенні, на спортивному майданчику, а також на лоні природи: в лісі, на березі водойми.

Процес підготовки та організації фізкультурних розваг не має бути обтяжливим. Форми проведення обираються найрізноманітніші; ці заходи присвячуються порам року, спортивним подіям, святам.

Проведення фізкультурних розваг у різних вікових групах передбачає розв'язання вихователем певних завдань. Так, молодших дошкільнят слід залучати до посильної участі в колективних та індивідуально-групових діях, збагачувати яскравими враженнями. Дітей середнього дошкільного віку можна привчати самостійно влаштовувати спільні забави та вправляння, пробуджуючи при цьому в кожній дитині бажання проявити свої фізичні та організаційні здібності. Слід розвивати у дітей уміння творчо використовувати власний руховий досвід в умовах емоційного спілкування з однолітками, привчати проявляти ініціативу в різних видах діяльності.

Для фізкультурних розваг у групах молодшого та середнього дошкільного віку найкраще обирати цікаві дітям сюжети. Складаючи програму, треба пам'ятати: основний час розваг (60 – 80 %) має бути насичений так, щоб кожна дитина могла задовольнити свою природну потребу в русі.

З малятами, зазвичай, передбачається фронтальна робота, щоб усі вони долучалися до виконання пропонованих завдань та ігор. Доцільно також чергувати рухливі ігри з фізичними вправами та ігровими завданнями для зміни м'язового й емоційного навантажень.



СТРУКТУРА ФІЗКУЛЬТУРНИХ РОЗВАГ

Залежно від тематики, мети та умов проведення заходу, використовуються різні способи організації фізкультурно-ігрової діяльності дітей різних вікових груп. Так, у **II-ій молодшій групі** фізкультурна розвага будується за такою орієнтовною схемою:



1. *Сюрпризний момент.*
2. *Виконання загально-розвиваючих вправ.*
3. *Ігрові завдання для всієї групи.*
4. *Рухлива гра.*

5. *Вправляння в різноманітних рухах.*

6. *Нагородження сувенірами.*

До змісту фізкультурних розваг у **середній групі** поступово вводяться ігри з елементами змагань. Забезпечується активна участь кожної дитини в іграх та вправах.

Фізкультурні розваги в **старшій групі** будуються на іграх змагального характеру й естафетах, де діти розподіляються на команди, вибирають капітанів. Такі ігри потребують спритності, координації рухів, спонукають дітей творчо використовувати власний руховий досвід, самостійно шукати шляхи розв'язання поставлених завдань.

Ігри та вправи чергуються в такий спосіб:

- ігри змагального характеру;
- фізичні вправи з предметами;
- естафети.

Щоб створити у дітей радісний настрій, спортивний майданчик або приміщення, де вони відбуваються, бажано оформити. Значний емоційний вплив у ході цих заходів справляє музика, тож вона може звучати під час виконання різних видів вправ. Водночас слід розумно ставитись до добору музичних творів.

Завершується фізична розвага, якщо це можливо, сюрпризним моментом: частуванням дітей ласощами, нагородженням грамотами, вимпелами, «медалями» або колективним подарунком для всієї групи.

ЗМІСТОВО-КОМПОЗИЦІЙНІ РІЗНОВИДИ ФІЗКУЛЬТУРНИХ РОЗВАГ

1. Фізкультурні розваги, які будуються на знайомих іграх та ігрових вправах.



Вони можуть складатися з гри середньої рухливості, яка додає дошкільнятам емоційного настрою, та рухових завдань (ігор-атракціонів). Подібні завдання (їх має бути не більше трьох) добираються з такою умовою, щоб кожен рух повторювався 3 – 4 рази, забезпечуючи участь кожної дитини в одному чи у двох із них. Це означає, що в якомусь атракціоні можуть брати участь двоє дітей, а в іншому – відразу п'ятеро-шестеро. Рухові завдання дають змогу одним дітям проявити свої вміння та навички, іншим - виявити емоції в ролі вболівальників. Потім можна провести гру з елементами змагання або гру великої рухливості, в якій братимуть участь усі діти. Розвагу доцільно завершити грою малої рухливості.

З дітьми молодшого та середнього дошкільного віку ігри-естафети не проводяться, а змагання влаштовуються лише індивідуальні, оскільки малята ще байдуже ставляться до результатів: їх приваблюють процес гри, виконання рухів. Старших дошкільнят, навпаки, цікавлять зміст ігор, якість рухів, результативність виконання завдань. Тому ігри та вправи добираються такі, де діти можуть змагатися у швидкості, спритності, вправлятися у координації рухів не лише індивідуально, а й колективно.

2. Фізкультурні розваги, які будуються на елементах спортивних ігор.

Цей варіант використовується лише за умови, якщо всі вихованці засвоїли елементи даної гри на фізкультурних заняття і в повсякденні. Група розподіляється на дві рівнозначні за силою команди. В кожному виді рухів підраховуються очки та вивішуються на табло. Перед початком гри команди вітають одна одну, відбувається обмін вимпелами, вибір частини



майданчика або корзини для закидання м'яча. Діти розпочинають виконувати рухи за свистком судді.

Першого разу обираються прості рухи і оцінюються відповідно до індивідуальних здатностей дітей. Згодом рухи вдосконалюються, ставляться більш суворі вимоги до техніки їх виконання.

Підсумки фізкультурної розваги також підводяться з урахуванням особливостей дітей групи. Аналізуючи дії вихованців, педагог має допомогти кожному дійти правильного висновку, викликати бажання займатися фізкультурою краще, більше.

3. Фізкультурні розваги, які будуються на вправах з основних рухів (ходьба та біг, стрибки й лазіння, метання та вправи з рівноваги).

Цей варіант розваг передбачає засвоєння зазначених вправ. На заняттях із фізкультури оволодів певними рухами, й збирає їх у групи брали участь у виконанні того чи організовуються в одній групі і паралельній, де вихованці однакові за віком. Щоб у дітей не зникли цікавість та емоційний настрій під час розваги, кількість учасників у кожному виді рухів має бути не більше трьох-чотирьох. Під час підбиття підсумків визначаються переможці не лише в командному, а й в особистому заліку.



дошкільнятами правильної техніки вихователь виявляє тих, хто найкраще команди. Добір робиться так, щоб усі діти іншого виду рухів. Подібні розваги

4. Фізкультурні розваги «!Веселі старти», які будуються на іграх-естафетах.



Спортивний інвентар, посібники й самі рухи добираються такі, з якими діти вже працювали і які засвоїли на фізкультурних заняття та у повсякденні. Одна гра-естафета має складатися не більше, ніж із трьох етапів. Навіть якщо розвага проводиться в одній віковій групі, то й тоді вихователь розподіляє дітей на підгрупи, щоб кожна з них брала участь в одній із естафет.

У проміжку між ними доцільно пропонувати дошкільнятам завдання, які не лише знижували фізичну напругу, а й допомагали зберегти емоційний настрій.

