

**АКТИВНЫЙ ОТДЫХ**  
**детей раннего**  
**ДОШКОЛЬНОГО**  
**возраста.**

## **СОДЕРЖАНИЕ**

Введение

1 Формы организации активного отдыха детей раннего возраста.

2. Методика проведения физкультурного досуга для детей раннего возраста.

3 Физкультурный праздник

Методика проведения физкультурных праздников

4 Дни здоровья, каникулы

Методика проведения дня здоровья, каникулы для детей раннего возраста.

5 Заключение

6 Список использованных источников

## Введение

1. Организация активного отдыха в дошкольном образовательном учреждении.
2. Дни здоровья.
3. Спортивные праздники.
4. Физкультурный досуг.

Активный отдых предполагает смену умственной и физической деятельности, т.е. включает виды физических упражнений. Движения помогают сохранить и укрепить здоровье ребенка путем «догрузки» его организма необходимым по возрасту объемом мышечной деятельности, а также способствует предупреждению невротических состояний, связанных с перенапряжением детского организма.

К формам активного отдыха дошкольников относятся: туристические походы. Физкультурные праздники, физкультурный досуг, дни здоровья.

Правильная организация всех видов активного отдыха в сочетании с другими формами воспитательно-образовательной работы помогает установить целесообразный двигательный режим. Который способствует улучшению функциональных возможностей детского организма, развитию и совершенствованию двигательных качеств. Используемые двигательные действия, игры, развлечения, доставляют детям большую радость, поднимают настроение, дают эмоциональную разрядку.

Сочетание разных форм активного отдыха строится на материале тех игр. Заданий и действий, которые хорошо известны детям и не требуют дополнительного разучивания. С целью их разнообразия можно использовать различные варианты, изменять условия проведения и т.д.

Особую актуальность данная задача приобретает в настоящее время, когда наблюдается интенсивный приток в детские сады детей раннего возраста. В последние десятилетия, после того, как матери получили возможность воспитывать детей до трёх лет дома, не теряя места работы и получая пособие по уходу за ребёнком, система детских яслей фактически распалась. Воспитатели, имеющие опыт работы с детьми до 3-х лет, либо переквалифицировались на работу с дошкольниками, либо ушли из системы образования.

Однако в настоящее время происходит обратный процесс: в связи с изменившейся социально-экономической ситуацией всё больше молодых матерей вынуждены отдавать своих малолетних детей в ясли. Все это и обусловило актуальность темы исследования. При изучении психолого-педагогической литературы нами было выявлено противоречие между необходимостью адекватной и квалифицированной психолого-педагогической поддержки для полноценного развития ребёнка раннего возраста со стороны профессионалов, обладающих соответствующей квалификацией и отсутствием соответствующих условия для организации процесса их воспитания и развития в условиях ДОУ.

«Береги здоровье смолоду» — это девиз отражает необходимость укрепления здоровья ребёнка с первых дней его жизни. Растить здоровыми, сильными, эмоциональными — задачи каждого дошкольного учреждения.

Невозможно представить себе жизнь ребенка в детском саду без веселых досугов и развлечений, шумных праздников и соревнований, интересных игр и увлекательных аттракционов. Одни развивают сообразительность, другие- смекалку, третьи- воображение и творчество, но объединяет их общее- воспитание у ребенка потребности в движениях и эмоциональном восприятии жизни. Двигаясь, ребенок познает окружающий мир, учится любить его и целенаправленно действовать в нем, совершенствуя опыт организации игр, поскольку игра для дошкольника- это не просто воспоминание каких-то действиях, сюжетах, а творческая переработка имевших место впечатлений, комбинирование их и построение новой действительности, отвечающей запросам и впечатлениям ребёнка.

Сложившаяся социально- экономическая обстановка в стране изменила отношений к детям со стороны воспитывающих взрослых. Напряженный ритм жизни требует от современного человека целеустремленности, уверенности в своих силах, упорства и конечно же здоровья. В то же время отсутствие эмоционально- психологического благополучия в дошкольном учреждении может вести к деформации личности ребёнка, к уменьшению возможностей эмоционального контакта с окружающими, возрастанию трудностей в установлении новых социальных отношений. Поэтому в современных условиях актуальными задачами являются привитие детям интереса к физической культуре и спорту, а также обучение их доступными двигательными умениям.

Физкультурный досуг нацелен не на оттачивании техники выполнения тех или иных упражнений, а на воспитание положительных эмоций, высокую двигательную активность детей, свободное и непринужденное взаимопонимание.

## 1 Формы организации активного отдыха детей

К формам активного отдыха дошкольников относятся: туристические походы. Физкультурные праздники, физкультурный досуг, дни здоровья.

Правильная организация всех видов активного отдыха в сочетании с другими формами воспитательно-образовательной работы помогает установить целесообразный двигательный режим. Который способствует улучшению функциональных возможностей детского организма, развитию и совершенствованию двигательных качеств. Используемые двигательные действия, игры, развлечения, доставляют детям большую радость, поднимают настроение, дают эмоциональную разрядку.

Сочетание разных форм активного отдыха строится на материале тех игр. Заданий и действий, которые хорошо известны детям и не требуют дополнительного разучивания. С целью их разнообразия можно использовать различные варианты, изменять условия проведения и т.д.

Помимо физкультурно-оздоровительной работы в дни здоровья включаются и различные формы трудовой деятельности (с учетом возраста детей), например, уборка территории, починка игрушек, поделки из снега (горки, ледяные дорожки, снеговик). Работа в цветнике.

У младших дошкольников преобладающим движением является ходьба, бег, приседания и наклоны. Более сложные движения – прыжки, метание, лазание – занимают значительное место. Именно поэтому в содержание дней здоровья рекомендуется включать подвижные игры, в которых используются прыжки, лазанье, метание, например:

с прыжками – «По ровненькой дорожке», «Поймай комара», «С кочки на кочку»;

сподлезанием и лазанием – «Мыши в кладовой»;

с бросанием и ловлей – «Кто дальше бросит мешочек», «Попади в круг», «Сбей кеглю.

Организуя и направляя игры детей, следует учитывать характер предшествующий и последующей деятельности. Например, подвижные игры не желательны перед дневным сном, а также сразу после еды. Необходимо помнить, что наиболее благоприятное состояние физиологических систем организма ребенка обеспечивается равномерной физической нагрузкой, сочетанием различных по интенсивности движений. В дни здоровья проводятся несколько подвижных игр (от четырех до шести), в течении всего

дня, продолжительность каждой 6-10 минут. В игре могут участвовать все дети или небольшие подгруппы.

Работа по физическому воспитанию с дошкольниками представляет собой комплекс оздоровительно- 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.

Интересное содержание, юмор, музыкальное оформление, игры, соревнования, радостная атмосфера способствуют активизации двигательной деятельности. При организации активного отдыха важно учитывать климатические условия, особенности, сезона, природные факторы. Положительные результаты могут быть достигнуты при условии тесного сотрудничества коллектива дошкольного учреждения и семьи. О программе и времени проведения предстоящего мероприятия дети и родители извещаются заранее, с тем, чтобы они тоже могли активно включиться в их подготовку

## **2. Методика проведения физкультурного досуга для детей раннего возраста**

Первая младшая группа

Физкультурные развлечения проводятся 1-2 раза в месяц, как правило, во второй половине дня. Дети привлекаются к совместным действиям в подвижных играх, выполняют физические упражнения с предметами, эмоционально откликаются на яркие впечатления. Вместе со старшими детьми они принимают участия в народных праздниках, выполняют двигательные действия в играх с взрослыми. Необходимо при этом побуждать каждого ребёнка к проявлению своих возможностей. Важно, чтобы совместная деятельность способствовала удовлетворению потребности ребёнка в движениях, доставляла ему радость, удовольствие.

Вторая младшая группа

Физкультурный досуг проводится во второй половине дня 2-3 раза в месяц в течение 20 минут. Содержанием его являются физические упражнения, которые имеют форму игр, забав и развлечений. Задача воспитателя

привлечь детей к посильному участию в коллективных и индивидуальных двигательных действиях. При подборе содержания досуга лучше использовать занимательный сюжет «Поездка в лес», «У нас в гостях», «Петрушка».

Основное время досуга должно быть заполнено движениями.

Предусматривается в основном фронтальная работа с детьми, но при этом обеспечивается смена мышечной и эмоциональной нагрузки.

### **Физкультурный досуг в детском саду**

Физкультурный досуг - одна из наиболее эффективных форм активного отдыха. Он повышает интерес к занятиям, оказывает благотворное воздействие на организм ребенка, закрепляет двигательные умения и навыки, развивает двигательные качества (быстроту, ловкость), способствует воспитанию чувства коллективизма, дружбы, развивает выдержку, внимание, смелость, упорство, организованность.

Физкультурный досуг не требует специальной подготовки, он строится на хорошо знакомом детям материале и проводится с несколькими группами, близкими по возрастному составу (старшие и подготовительные группы). Такое мероприятие можно организовать 1-2 раза в месяц, длительность по 30-50 минут.

При проведении досуга необходимо участие воспитателя. Он дает команды, подводит итоги, является судьей в соревнованиях. Значительную роль в создании положительного эмоционального настроения детей играет музыка, которая благотворно влияет на развитие чувства прекрасного, закрепляет умение ритмично двигаться, согласовывая свои движения с музыкальным сопровождением.

Физкультурные досуги могут быть различные по содержанию и организации.

### **Вторая младшая группа**

Физкультурный праздник чаще всего дети младшего возраста приглашаются к более старшим, однако он может устраиваться 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.

Задачи физкультурного праздника - привлечь детей к посильному участию в коллективных и индивидуальных действиях, обогатить их яркими впечатлениями, доставить радость от ощущения свободы и красоты движений в играх, забавах, танцах и хороводах.

## **Физкультурный праздник**

Физкультурные праздники являются эффективной формой активного отдыха детей.

Физкультурные праздники способствуют приобщению к физической культуре и спорту, совершенствованию движений, воспитывают такие черты характера, как коллективизм, дисциплинированность, уважительное отношение к соперникам.

Во время физкультурных праздников все дети должны принимать активное участие в подвижных и спортивных играх, эстафетах, танцах, аттракционах, упражнениях с элементами акробатики, музыкально- ритмических движениях. Широкое использование разных игровых приемов, игровых упражнений, загадок, музыкальных произведений способствует положительному эмоциональному настрою детей активному применению приобретенных ранее двигательных умений и навыков. Так, у чрезмерно подвижных детей развивается умение доводить задание до конца, проявляя внимательность и добиваясь точности выполнения: малоподвижные дети учатся хорошо и свободно ориентироваться в пространстве, с интересом участвуют в коллективных играх, проявляя такие качества, как быстрота реакции, ловкость и гибкость.

На физкультурные праздники приглашаются школьники – бывшие воспитанники дошкольного учреждения, родители, сестры, братья. Праздники проводятся, начиная со средней группы, 2 – 3 раза в год и один на воде (в бассейне), длительность физкультурного праздника 1 – 1 час 20 минут. В мероприятиях могут участвовать и дети из соседнего дошкольного учреждения. Темы праздников могут быть самыми разнообразными: «Олимпийские игры», «Веселые старты», «Зимняя карусель», «Зимушка – зима», «Праздник Нептуна» и так далее.

Физкультурные праздники могут быть организованы не только на участке дошкольного учреждения, но и в близлежащем парке, лесу, на стадионе. От места проведения во многом зависят тематика и организация. 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.

Успешность проведения физкультурного праздника во многом зависит от того, насколько подробно и четко спланирована его программа.



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 соревнований, 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).
- Наибольшую пользу для оздоровления и закаливания детей приносят физкультурные праздники, организованные на открытом воздухе.

По двигательному содержанию праздники делятся следующим образом:

**- 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.). 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 продержать 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.). 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.

*Примечание.* Классификация праздников в соответствии с методом достаточно условна: в любом из них используется широкий арсенал методов и приемов обучения и воспитания детей. Поэтому речь идет о преимущественном использовании какого-либо метода.

**4. По месту проведения праздники** делятся так

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

## **Методика проведения дня здоровья, каникулы для детей раннего возраста.**

Вторая младшая группа

День здоровья проводится не реже одного раза в квартал. Воспитательная работа в этот день направлена на создание условий активного отдыха детей, в связи с чем отменяются все занятия. В теплое время года желательно, чтобы дети максимально находились на открытом воздухе, в течении дня, в холодное время года – пребывание детей на воздухе по возможности увеличивается.

### **Дни здоровья, каникулы**

Дни здоровья и каникулы призваны содействовать оздоровлению детей и предупреждению утомления. В эти дни отменяются все учебные занятия. Режим дня насыщается активной двигательной активностью детей, самостоятельными играми, музыкальными развлечениями. В холодное время года пребывание на открытом воздухе по возможности удлиняется. В теплое время года - вся жизнь детей переносится на открытый воздух.

День здоровья начинается утренним приемом детей, который может проходить в занимательной, шуточной форме. Детям и родителям предлагают выполнить, различные веселые, задания, прежде чем они попадут в группу: это может быть «полоса препятствий», загадывание загадок о спорте и так далее.

Во второй половине дня может быть проведен физкультурный праздник или физкультурный досуг.

Проводятся в течение первой недели января и последней недели марта.

## Заключение

В настоящее время внимание педагогов, психологов, физиологов привлечено к раннему возрасту, поскольку практический опыт и многочисленные научные исследования свидетельствуют о существовании в данном периоде онтогенеза человека больших, зачастую неиспользуемых психофизиологических резервов развития ребенка, раскрытие которых особенно важно для детей раннего возраста.

В ходе настоящего исследования было проведено изучение теоретических аспектов применения игровых упражнений в развитии детей раннего возраста. В силу психологических особенностей детей этого возраста, для которых игровая деятельность является ведущей, игровые упражнения являются очень важными, и даже гимнастику в процессе занятий рекомендуется проводить в игровой форме. Игровые упражнения, вызывают эмоциональный подъем детей, и при условии адекватности их уровню развития - легко осваиваются детьми.

1. Основная особенность физической культуры детей раннего возраста это необходимость обеспечения принципа возрастной адекватности воздействий, а фундаментальная задача – это формирование запаса двигательных умений и навыков (а также развитие физических качеств) до оптимального, но не максимально возможного уровня.

2. Эффективными средствами физической культуры детей раннего возраста могут являться игровые упражнения.

3. Основными методическими особенностями развития движений детей раннего возраста является: строгое дозирование нагрузки, широкое применение игрового метода, при обучении, кроме того - широкое использование методов обеспечения наглядности, метода целостного разучивания. методически правильно организованная работа по физическому воспитанию призвана удовлетворить естественную потребность детей в движении и способствовать своевременному овладению ими двигательными навыками и умениями, формировать положительную самооценку к себе и деятельности товарищей.

Такая работа с детьми дошкольного возраста ценна и тем, что создает условия для эмоционально – психологического благополучия, так как оказывает большое влияние на развитие ума, воспитание характера, воли, нравственности, создает определенный духовный настрой, пробуждает интерес к самовыражению, способствует не только лучшему усвоению знаний и закреплению навыков, но и благотворно влияет на детскую психику.

При проведении спортивных праздников досугов и развлечений дети получают возможность проявлять большую активность, самостоятельность и инициативу в действиях. Это открывает еще один немаловажный аспект: отпадает необходимость давать детям временные и пространственные ориентиры, подгоняя их такими словами, как «быстрее, скорее, поторопись»

или «живее, не туда, выше», так как дети без суеты, спокойно и уверенно выполняют задания.

Практика работы убеждает, что для результативной деятельности с детьми необходима хорошо продуманная система подготовки воспитателей, тесный контакт с медицинским персоналом и семьёй.

Родители проявляют большую заинтересованность в том, чтобы в режиме дня дошкольного учреждения ежедневно предусматривалась двигательная активность детей. Семья во многом определяет отношение детей к физической культуре, их интерес к спорту, активность и инициативу. Этому способствует эмоционально близкое общение детей и родителей в различных ситуациях и естественно возникающая их совместная деятельность: осуждение успехов спортивной жизни страны, просмотр телепередач, спортивные совместные праздники, досуг, развлечения, соревнования и аттракционы в дошкольных учреждениях и на договорных площадках. Дети особенно восприимчивы к убеждениям, положительному примеру отца, матери, уклада жизни семьи. Поэтому педагогам дошкольных учреждений необходимо совершенствовать методы педагогической пропаганды, вовлекать родителей в активный воспитательно – образовательный процесс, чтобы полученные ими знания воплощались в конкретной работе по физическому воспитанию детей. Если меры по укреплению здоровья ребенка, проводимые в детском саду, дополняются ежедневными упражнениями и играми в домашних условиях, с учетом индивидуальности ребенка, с использованием разнообразных игр и упражнений, у детей развиваются определенные положительные склонности и интерес.

### **Список используемых источников**

1. Лысова В.Я., Яковлева Т.С. Спортивные праздники и развлечения. – М.: АРКТИ, 2000. С. 3 -4
2. Копухова Н.Н., Рыжкова Л.А., Самодурова М.М. Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях. М.: Издательский центр «Академия», 2002. С. 198 – 199
3. Рунова М.А. Двигательная активность ребёнка в детском саду. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. 12 с
4. Мащенко М.В., Шишкина В.А. Физическая культура дошкольников. – Мн.: Ураджай, 2000. 275 с
5. Шебеко В.Н., Овсянкин В.А., Карманова Л.В. Физкульт- ура! – Мн.: «Просвещение», 1997. 125 с
6. Аксенова З.Ф. Спортивные праздники в детском саду.- М.: АРКТИ, 2000. 90 с
7. Шумилова В.А. Спортивно – развлекательные праздники в детском саду. – Мозырь, ООО ИД «Белый ветер», 2002. 70 с
8. Кильпио Н.Н. 80 игр для детского сада. М.: 1973. 196с
9. Осокина Т.И., Тимофеева Е.А. Организация и проведение физкультурных праздников в детском дошкольном учреждении. – М.: Издательский центр «Академия», 1987. 197 с
10. Мащенко М. В., Шишкина В.А. Какая физкультура нужна дошкольнику? – Мн.: НМ Центр, 1998. 136 с

## День здоровья

Действующие лица: Ведущий, Грязнулькин, Фея чистоты.

Ведущий. Дети, у нас сегодня праздник- День здоровья! На этом празднике мы узнаем, что нужно делать для того, чтобы быть здоровыми, смелыми, сильными. Итак, мы начинаем наш праздник.

1-й ребенок.

Чтоб расти нам сильным,

Ловкими и смелыми,

Ежедневно по утрам

Мы зарядку делаем.

2-й ребенок.

К солнцу руки поднимаем,

Дружно весело шагаем,

Приседаем и встаем

И ничуть не устаем. (Все вместе.)

Зарядка под музыку.

**Песня «Все спортом занимаются»,** муз. Е.Туманян, сл. В.Викторова.

Ведущий.

Кто из вас, ребята, знает,

Что закалка помогает

И полезны нам всегда

Дети (хором). Солнце, воздух и вода!

**Песня «Физкультр- ура»,** муз. Ю. Чичкова, сл. Петровой.

Стук в дверь.

Ведущий. Что за шум? Что случилось?

Входит Грязнулькин.

Грязнулькин.

Одеяло убежало,

Улетела простыня,

И подушка, как лягушка,

Ускакала от меня.

Я за свечку- свечка в печку,

Я за книжку- та бежать

И вприпрыжку под кровать.

Я хочу напиться чаю,

К самовару подбегаю,

Но пузатый от меня

Убежал, как от огня.

Ведущий.

Мальчик только носик мочит.

Умываться он не хочет.

Как, ребята, называется

Тот, кто плохо умывается?

Дети (хором). Грязнулькин.

Ведущий (обращается к Грязнулькину).

Ах ты, гадкий,

Ах ты грязный,

Неумытый поросенок,

Где ты живешь?

Грязнулькин. На станции Грязнулька.

Ведущий. Интересно посмотреть, поехали, ребята, на станцию

Грязнулька.

Дети исполняют частушки.

Закопченную кастрюлю

Юля чистила песком.

Два часа в корыте Юлю

Мыла бабушка потом.

Поленился утром Вова

Причесаться гребешком,



Подошла к нему корова-  
Причесала языком.  
У неряхи- растеряхи  
Все не эдак, все не так-  
И рубашка нараспашку,  
И без пуговиц пиджак.  
Я над краном руки мыла,  
А лицо помыть забыла.  
Увидал меня Трезор,  
Закричал: «Какой позор!»  
Мы пропели вам частушки  
Хорошо ли, плохо ли,  
А теперь мы вас попросим,  
Чтобы вы нам похлопали.

Ведущий. Дети, которые умываются, моют руки перед едой, чистят зубы, - молодцы. Никакие микробы не попадут к ним в организм. Недаром говорят: «Здоровые зубы- здоровью любви». А на станции Грязнулька не чистят зубы, потому они у них болят.

3-й ребенок.  
Плачет Костя: ноют зубы,  
Чистить зубы он не любит  
Ни снаружи, ни внутри.  
Развалились сразу три.

**Финская народная песня «Мальчик- замарашка»,** обработка Г. Попатенко, русский текст М. Кравчука.

Рано утром поутру  
Расцвела ромашка,  
Распахнула на ветру  
Белую рубашку.  
Припев: Вот так, вот так,

Вот так- так-

Белую рубашку

(2 раза).

У пушистого кота

Тоже есть забота,

Лижет кисточку хвоста-

Трудная работа.

Припев.

Только мальчик поздно встал,

Умываться он не стал-

Он ведь замарашка.

Припев.

Ведущий. Ребята, надо скорей уезжать с этой станции. Вот мы и приехали на другую станцию. На этой станции дети разбрасывают свои вещи и не могут их найти.

4-й ребенок.

Жил человек рассеянный

На улице Бассеянной.

Сел он утром на кровать,

Стал рубашку надевать-

В рукава просунул руки,

Оказалось. Это брюки.

Вот какой рассеянный

С улицы Бассеянной!

5-1 ребенок.

Надевать он стал пальто,

Говорят ему- не то,

Стал натягивать гамаши,

Говорят ему- не ваши.

Вот какой рассеянный

С улицы Бассеянной.

6-й ребенок.

Вставать по утрам

Неохота и лень,

Я спал бы все утро,

Я спал бы весь день,

Я спал бы весь вечер,

Я спал бы всю ночь,

А встану, опять завалиться не прочь.

Ведущий. Ребята, это же Лентяйка.

4-й ребенок.

Все пропадает у девочки Вали.

Сегодня у Вали перчатки пропали,

Их дедушка ищет у Вали в кармане,

Их бабушка ищет на кухне, в чулане,

Их нет под плитою, где варится ужин,

Зато под плитою башмак обнаружен.

Быть может, упали они за буфет?

Там Валина кукла, перчаток там нет.

Сестра говорит: «Загляну под кровать я».

Там Валина лента и Валино платье.

Вдруг мама воскликнула: «Вот они, Валенька!»-

И вынула обе перчатки из валенка.

Ведущий. В город Чистоты и Порядка нас не пустят с Грязнулькой и Лентяйкой.

Стук в дверь.

Ведущий. Кто там?

Это я, Почтальон Печкин, принес посылку от Мойдодыра.

Ведущий (берет посылку, вскрывает, читает). Приглашаю вас вступить в общество друзей чистоты. Членами его могут стать все, кто дружит с мылом, расческой, мочалкой, для этого надо отгадать загадки.

### **Загадки.**

Ускользает, как живое,  
Но не выпущу его я.

Белой пеной пенится,  
Руки мыть не лениться.

(Мыло.)

Светленько, чистенько,  
Посмотришь- любенько.

(Зеркало.)

Говорит дорожка-  
Два вышитых конца:  
«Поймайся хоть немножко,  
Чернила смой с лица.

Иначе ты в полдня  
Испачкаешь меня».

(Полотенце.)

Хожу, брожу не по лесам,  
А по усам, по волосам.  
И зубы у меня длинней,  
Чем у волков и медведей.

(Расческа.)

Ведущий. Молодцы, ребята, вы отгадали все загадки, поэтому теперь вас можно считать членами общества «Друзей чистоты».

**Песня «Кто умеет чисто мыться»,** муз. М. Иорданского, сл. О. Высоцкой.

Ведущий. Ленивых людей встречали и раньше. Не зря народ их высмеивал:

Проснулась Ульяна не поздно, не рано.

Люди косить, а она голову мыть,

Люди грести, она косу плести,

Люди жать, а она на месте лежать.

А обедать пойдут, а она тут как тут.

К нам еще одна гостья- Фея чистоты.

Фея чистоты.

Посмотрю, проверю,

Как у вас в саду

Мальчики и девочки

Любят чистоту.

Вижу я, ребята,

Что нерях здесь нет,

Все красивы, ладны-

Любо посмотреть.

**Игра «Завяжи кукле бантик»** (на двух стульях сидят куклы и лежат ленты).

Ведущий. Наша новая игра только для мальчишек. Бантик кукле завязать, чтоб красивым вышел.

Ну- ка, мальчики, идите,

В руки ленточки возьмите.

По сигналу: раз, два, три-

Не зевай, вперед беги.

Фея чистоты.

Вот еще одна игра,

Вам понравится она.

Вам вопрос хочу задать,

Ваше дело- отвечать

Если вы со мной согласны,

Отвечайте хором, братцы:

Это я, это я, это все мои друзья!

Если не согласны вы,

То в ответ молчите.

1. Отвечайте хором вмиг, кто здесь самый баловник?
2. Я спрошу сейчас у всех, кто здесь любит песню, смех?
3. Кто привык у нас к порядку? Утром делает зарядку?
4. Кто из вас, скажите, братцы, забывает умываться?
5. И еще один вопрос: Кто себе не моет нос?

Ведущий. А теперь, ребята, потанцуем.

**Танец «Утята»**, французская народная песня, сл. Ю. Энтина.

Ведущий. Ребята, к нам в сад пришло письмо замечательного поэта Ю.

Тувима. Сейчас я вам его прочитаю.

Дорогие мои дети!

Я пишу вам письмецо.

Я прошу вас, мойте чище

Ваши руки и лицо.

Все равно какой водою-

Кипяченной, ключевой,

Из реки иль из колодца

Или просто дождевой.

Нужно мыться непременно

Утром, вечером и днем,

Перед каждою едою,

После сна и перед сном.

Тритесь губкой и мочалкой,

Потерпите, не беда-

И чернила и варенье

Смоют мыло и вода!

Дорогие мой дети!

Очень, очень вас прошу:

Мойтесь чище, мойтесь чаще-

Я грязнуль не выношу.

Не подам руки грязнуле,

Не поеду в гости к ним.

Сам я моюсь очень часто-

До свиданья! Ваш Тувин!

Фея чистоты вручает детям зубные щетки, мыло, расчески.

## **Папа, мама, я – спортивная семья»**

Участвуют две команды (дети вместе с родителями). Команда «Мячики», команда «Солнышко».

**Ведущий.** Дорогие ребята! Сегодня мы собрались в этом зале, чтобы еще раз убедиться, какие мы выросли крепкие, здоровые, сильные, ловкие. Сегодня у нас необычные соревнования, так как вместе с нами будут соревноваться наши мамы и папы.

### **1-й ребенок.**

Родители такой народ...

На занятость спешат сослаться!

Всем надо спортом заниматься!

И вот, чтоб ставить всем рекорды,

А о больницах забывать,

Над взрослыми в вопросах спорта

Решили дети шефство взять.

**Ведущий.** Празднику спортивному рада детвора,

Юным физкультурникам...

**Все.** Ура! Ура! Ура!

### **1-й ребенок.**

Спортсмены-

Всегда впереди,

Блестят у них медали

И звезды на груди.

2-й ребенок.

Те звезды и медали

Они завоевали,

Но все спортсмены наши

Вот так же начинали!



**Ведущий.** Сегодня у нас все, как на настоящих соревнованиях. Оценивать наши результаты будет жюри. (Ведущий представляет жюри.)

Конкурсы, эстафеты, соревнования будут оцениваться по двухбалльной системе, т.е. если команда выигрывает, получает 2 очка, проигрывает – 1 очко.

Желаем вам успехов!

Командам подготовиться к приветствию!

**Команда «Мячики».**

1. Мы рады солнцу,  
Мы рады ветру,  
Мы- страны своей весна,  
Нам, ребяташкам,  
Жизнь счастливая нужна.

2. Готовясь к боям спортивным,  
Сильней и отважней сейчас мы стали.  
Соревнования кому-то из нас,  
Быть может, подарят медали.

3. Надо, надо заниматься  
И привычку завести:  
Умываться не бояться,  
Физкультурой заниматься  
И здоровыми расти!  
Это всем понять пора,  
В добрый час!  
Физкульт-ура!  
**Все. Ура!**

**Команда «Солнышко».**

1. Еще не рекорсмены мы,  
Еще мы дошколята,  
Растем мы все спортсменами,

Мы- дружные ребята!

2. Мы гуляем и играем,  
Греет солнышко всех нас.

Физкультурниками мы стали-  
Что покажем вам сейчас.

3. Стать чемпионом, все мы знаем,  
Задача сложная для всех!  
Соревноваться начинаем-  
И твердо верим в ваш успех.

**Ведущий.** Вот и встретились наши команды, пожелаем им успехов! А сейчас мы проведем, как полагается перед соревнованиями, разминку.

Ведущий ставит «Танец утята», все танцуют.

**Ведущий.** Команды на старт!

**1. Соревнование «Гонка обручей».**

Участвуют все дети и один папа.

**2. Соревнование «Кто быстрее принесет погремушку».**

Участвуют все (перепрыгивают через мячики).

**3. Проползти в матерчатом тоннеле.**

**4. Конкурс для пап «Назови женское имя».** (Назвать 10 имен, не повторяясь, за 30 с.)

**5. «Посадка картофеля».** (Участвуют дети и одна из мам.)

**6. Бег с двумя стаканами** (один с водой, другой пустой). Во время бега переливать воду. (Участвуют только мамы и папы.)

**7. Для детей «Почетное проползание».** (Участвуют только дети.)

Дети стоят в колонне, широко расставив ноги, а стоящие последними проползают вперед (между ног). Как только прополз первый, ползает второй.

**8. Конкурс- соревнование «Кому достанется скалка?»** (Участвуют только взрослые.)

**9. Комбинированная эстафета.**

1) «Переправа» - пронести своего ребенка на руках и обратно до пирамидки.

2) Мальчики бегут вдвоем в обруче.

3) Девочки везут кукол в коляске.

4) Мамаы проносят мяч между головами, зажав его.

5) Мальчики отбивают мяч.

6) Участники несут на ракете мяч.

В заключение все танцуют «Танец утят». Жюри подводит итоги соревнований. Звучит спортивный марш, все выстраиваются для награждения. Дети награждаются медалями и сувенирами, взрослые - медалям, семья – грамотами.

**Ведущий** (поздравляет команду победительницу и всех участников).  
Желаю вам быть оптимистами в этой жизни.

Папам и мамам желаем в дальнейшем спортивных успехов, надеемся что будем видеться часто с вами не только во время приема и ухода детей, но и на таких вот детских праздниках.

## **Физкультурный досуг**

### **«Волшебные превращения»**

#### **Задачи:**

- побуждать детей использовать свой двигательный опыт в условиях эмоционального общения со сверстниками;
- развивать ловкость, выносливость, смелость;
- развивать у детей чувство ритмичности, координации, культуры движений, фантазии, учить их владеть своим телом, двигаться в такт музыки;
- поощрять проявление дружеских взаимоотношений;
- развивать логическое мышление, использовать нетрадиционное оборудование, внесение нового нестандартного оборудования.

**Оборудование:** классы из веревки, бильбоке 5 шт., ходули 3 шт., надувные шары, обруч- сито, коньки, мяч, бумага, кисти, 2 карандаша, полки, гимнастические скамейки.

#### **Ход досуга**

Звучит музыка Чайковского «Вальс цветов», дети заходят в зал с шарами, мячами, выполняют танцевальные движения с ними, бегают, кружатся, приседают, выполняют наклоны. Музыка прекращается. Ведущий (воспитатель) подзывает детей к себе, предлагает убрать мячи в сторону.

**Ведущий.** Ну что, ребята, послушали прекрасную музыку, разогрелись? Вы очень любите смотреть телевизор? По каналу БТ есть передача «Уроки Натальи Новожиловой». Так вот мы сейчас с вами выполним комплекс ритмической гимнастики под музыку, на скамейках.

Воспитатель поворачивает детей к себе так, чтобы все смотрели на него, а в это время воспитатель старшей группы выносит «телевизор» на столе, быстро устанавливает его (на экране лицо «Волшебника».) На аудиокассете- говорит голос (запись).

**Волшебник.** Я очень хочу к вам в гости, но появляюсь я всегда там, где звучит веселая музыка.

**Ведущий.** Ребята, вы сегодня ждете кого-нибудь в гости?

Ответ детей.

**Ведущий.** Я тоже никого не жду. Кто же к нам собирается, даже интересно? Давайте поставим веселую музыку.

**Песня «Летка-енька» Т. Мионсарова.**

Р. Пихтенем- русский текст М. Плещковского.

Воспитатель предлагает детям стать в колонну и немного потанцевать, в хвост колонны в это время подстраивается Волшебник и танцует.

**Волшебник.**

Я в детский сад пришел из сказки,

Веселье тоже я люблю,

Слышу песни, игры, пляски.

Меня послушайте, молю.

Я, ребята, пришел без приглашения. Но вы простите, правда? Я очень хочу показать фокусы.

Волшебник показывает фокусы.

I фокус- протыкает шар (на надутый шар с обеих сторон параллельно друг другу наклеивается скотч, берется острая спица и осторожно протыкается в том месте, где скотч, затем показывается зрителям, что спица внутри шара; аккуратно прокалывается другая сторона).

II фокус- превращение молока и чая в чернила (молоко – крахмал, разведенный в воде), чай – йод (несколько капель). Смешав «чай» и «молоко», получаем чернила.

Волшебник раздает детям кисточки и бумагу, дети рисуют (кто хочет).

**Волшебник.** Ну что, ребята, посмотрели мои фокусы, а теперь я хочу посмотреть, какие вы ловкие и умелые.

**Волшебник.**

I эстафета «Усатый кот». Первому участнику эстафеты вручается карандаш, который он зажимает верхней губкой к носу. В таком положении быстро бегаёт до стойки, обходит ее и возвращается обратно, передает

эстафету следующему участнику, а сам становится в конце колонны. Расстояние от линии старта до финиша 15 метров. Побеждает команда, первой выполнившая задание.

### **II эстафета «Палочка- скакалочка».**

На линии старта лежит гимнастическая палка. 1-й участник перешагивает палку, приседает, берет палку и укладывает снова впереди себя и т.д., огибают стойку и обратно возвращается таким образом.

### **III эстафета «Построение пирамидки».**

На столе, на виду у двоих команд, стоит образец пирамидки. Участники получают конструктор (крупный), который лежит на линии старта. По сигналу ведущего 1-й участник берет одну деталь конструктора и бежит до стойки, стоит (укладывает основу) 1-ю деталь (смотрит на образец). Возвращается обратно, передает эстафету следующему участнику, который берет 2-ю деталь конструктора, достраивает и возвращается обратно и т.д.

### **IV эстафета. Упражнение для капитанов «Силачи».**

Капитанам дается гимнастическая палка.

И.п.- сидя на полу, стопы упираются друг в друга, палка посередине (капитаны держат ее руками).

По сигналу каждый участник тянет палку на себя. Как только один из участников подымается от пола, значит он проиграл.

Волшебник предлагает детям упражнение на дыхание. Открывает покрывало, а под ним лежат бутылки из-под кока-колы (пластиковые 0,5), внутри которых конфетти и соломка.

Волшебник говорит детям подуть в соломку, чтобы конфетти «заиграли» в бутылке.

**Волшебник.** Набираем воздух через нос (глубоко вдыхаем), затем медленно выдыхаем через соломку (повторить 3-4 раза). Убираем все, подводим итог.

**Волшебник.** А в награду для всех я предлагаю последний фокус. Вот у меня маленький сундучок. Закройте глаза (произносит заклинание).

В это время воспитатели выносят из-за ширмы большой сундук, в котором лежит нестандартное оборудование: ходули коньки, бильбоке, классы, сито обруч.

Сито-обруч изготавливают следующим образом. На обыкновенном обруче делаются отверстия на одинаковом расстоянии, через которые протягивается нить в виде квадратиков. Используют для метания. Двое прокатывают обруч-сито друг другу, третий старается попасть в него.

Волшебник прощается, уходит, дети свободно по выбору играют с тем оборудованием, которое им нравится.

