**Особенности организации физкультурных досугов с дошкольниками**

**разных возрастов.**

 Для физкультурных  досугов выбираются упражнения, освоенные детьми на физкультурных занятиях, в которых можно состязаться в ловкости, быстроте, смекалке, находчивости, сообразительности. Дети выполняют задания: пройти по скамейке, не разлив воду в чашке; с завязанными глазами найти погремушку, подвешенную на ленточке, и др.  
В развлечения могут быть включены подвижные игры, аттракционы, эстафеты. Интересны для детей дидактические игры с разрезными картинками, на которых изображены физические упражнения. Дети должны добежать до стола, найти вторую часть картинки, выполнить упражнение, которое нарисовано на ней, и вернуться на свое место. Дети могут также отгадывать загадки, содержание которых связано с физическим воспитанием.  
Вечер может начаться с загадок, ходьбы, общеразвивающих упражнений. Затем проводится 1―2 игры большой подвижности, после этого ― 2―3 аттракциона. Завершается вечер спокойной игрой и ходьбой.  
Дозировка физической нагрузки с возрастом увеличивается.

    Физкультурный досуг: повышает интерес к занятиям, оказывает благотворное воздействие на организм ребёнка, выдержку, внимание, смелость, упорство, организованность, способствует воспитанию чувства коллективизма, дружбы.  
Методика.  
Проводится во всех возрастных группах, начиная со второй младшей.  
Предназначается для одной двух групп дошкольного учреждения.  
Проводится воспитателем в обычной обстановке, с обычными атрибутами, как в помещении, так и на воздухе.  
Длительность:  
младшая и средняя группы – 20-30 мин;  
старшая группа - 35-40минут;  
подготовительная группа – 40-50 минут.  
В младшем и среднем дошкольном возрасте в содержании досугов может быть введён сказочный персонаж или можно использовать занимательный сюжет.  
Физкультурный досуг целесообразно посвящать временам года, интересным спортивным событиям, общественным праздникам.   
Используется музыкальное сопровождение.   
Физкультурный досуг не должен совпадать с физкультурными занятиями и праздниками.

    Физкультурный досуг - одна из форм активного отдыха детей. Введение в практику дошкольного учреждения физкультурных досугов позволяет реализовать естественную потребность ребенка в движении, восполнить дефицит двигательной активности. Содержание досуга - это знакомые детям физические упражнения, но проводимые в игровой форме, в виде веселых забав, аттракционов, что создает положительный эмоциональный фон, оказывающий благоприятное воздействие на организм ребенка. На физкультурных досугах закрепляются двигательные умения и навыки детей, развиваются физические качества. Досуги способствуют воспитанию у детей чувства коллективизма, товарищества, взаимопомощи, целеустремленности, смелости, дисциплинированности, организованности.

Физкультурный досуг в дошкольном учреждении 1-2 раза в месяц, начиная со 2-ой младшей группы. Рекомендуется проводить его в вечернее время (16-17 часов), в дни, когда нет физкультурных занятий. В каникулярное время (январь) и в летний период досуг может проходить в первую половину дня (9-11 часов).

Физкультурные досуги проводятся как на воздухе, так и в помещении. Длительность досуга колеблется от 20 до 40 минут в зависимости от возраста детей. Не следует затягивать досуги, так как физическое и эмоциональное переутомление отрицательно сказываются на здоровье детей.

Младших дошкольников еще затрудняют одновременные, совместные действия в большом коллективе, поэтому в этом возрасте досуг проводится только с детьми одной группы. В старшем дошкольном возрасте возможно объединение двух параллельных возрастных групп.

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 руководитель физического воспитания 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. И на первый план выходят задачи оздоровительные и особенно воспитательные. В отличие от физкультурного занятия, не требуется сложная технологическая цепочка подготовительных и подводящих упражнений. Однако при этом надо стараться, чтобы движения, включенные в досуг, были направлены на гармоничное развитие разных физических качеств и происходило чередование работы разных групп мышц, регулировалась нагрузка.

Физические упражнения, включенные в досуг, должны быть хорошо освоены всеми детьми. С детьми, у которых выполнение того или иного упражнения вызывает затруднение, следует провести индивидуальные дополнительные занятия.

Досуги отличаются от физкультурного занятия всевозможными сюрпризными моментами (введением персонажа, получение письма от кого-либо с заданием, вручением маленьких подарков, призов).

***Младший и средний дошкольный возраст****.*Задачи физкультурного досуга во 2-ой младшей группе состоят в том, чтобы привлекая ребенка к посильному участию в коллективном и индивидуальном действии, обогащать его яркими впечатлениями, доставлять ему радость в ощущениях собственных движений в играх, забавах, танцах, хороводах.

Детей средней группы необходимо приучать к самостоятельному участию в совместных упражнениях, играх, развлечениях, при этом побуждать каждого ребенка к проявлению своих возможностей. Содержание игр и игровых упражнений должно строиться на основе опыта маленького ребенка, его представлениях и знаниях об окружающих предметах, людях, животных. В этом возрасте часто включают игры, где надо выполнять движения в соответствии с текстом стихотворения.

Для детей младшего и среднего возраста досуги проводят в сюжетной форме с введением литературного (сказочного) героя или без него. Подбирая материал для детей младшего возраста, необходимо предусмотреть фронтальное выполнение, когда все дети вовлечены в игры и упражнения. В среднем дошкольном возрасте следует постепенно вводить игры с элементами соревнования. Детям этого возраста еще не свойственно чувство коллективизма, они заботятся только о своем успехе. Поэтому элементы соревнования носят индивидуальный характер, например игра "Кто быстрее наполнит корзинку шишками" и т.п.

Большой силой эмоционального воздействия обладает музыка, поэтому желательно, чтобы она звучала на физкультурном досуге. Для музыкального сопровождения может использоваться как аудиозапись, так и "живое" исполнение (фортепиано, аккордеон и другие музыкальные инструменты). Для детей данных возрастов лучше использовать песни детского репертуара, текст которых должен соответствовать теме и содержанию досуга.

Досуг может содержать танцевальные композиции, хороводные игры, песни, разучиваемые на музыкальных занятиях, и проводиться совместно с музыкальным руководителем.

В конце досуга вводят сюрпризный момент, который связан с сюжетом. Это могут быть фигурки оригами, поделки из природных материалов и пластилина, выполненные детьми подготовительной группы, которые вручает сказочный герой, или дети его находят сами (с помощью взрослого).***Старший и подготовительный дошкольный возраст.***При проведении досуга в старшем дошкольном возрасте необходимо развивать у детей умение творчески использовать свой двигательный опыт в условиях эмоционального общения со сверстниками, приучать проявлять инициативу в разнообразных видах деятельности.

Для детей старших и подготовительных групп можно также проводить досуги в сюжетной (тематической) форме с введением литературного (сказочного) героя или без него.

Дети старшей и, особенно, подготовительной групп обладают довольно широким спектром знаний, умений. Поэтому в досуги вводятся интеллектуальные задания, используются элементы математики, развития речи, конструирование. Включаются задания на развитие психических процессов.

Физкультурный досуг наполняет жизнь ребенка эмоциональной, веселой двигательной деятельностью. Ребенок индивидуально и коллективно (командами) участвует в веселых играх с элементами соревнования, подобных небольшой спартакиаде. В содержание досуга включаются интересные аттракционы, знакомые ребенку танцы и пляски.

Главной задачей педагога при проведении физкультурного досуга является: создание бодрого, радостного настроения, стимулирование активности каждого ребенка с учетом его индивидуальных возможностей, дифференцированный подход к оценке результатов его действий, предоставление возможности испытать приятное ощущение удовольствия от выполняемых им и другими детьми движений, а также радости от успехов товарища.

При проведении досуга ребенок выполняет различные двигательные задания. Он ведет себя более непосредственно, чем на физкультурных занятиях. Раскованность и естественность использования двигательных умений и навыков обеспечивает выразительность, артистизм, эстетичность его движений. Физические нагрузки - лучший способ формирования раскованности и красоты движений. Умеренная мышечная нагрузка улучшает самочувствие и поднимает настроение.

Физкультурный досуг развивает мышление, воображение, целеустремленность, культуру чувств (например, приучают ребенка сдерживать свои чувства и желания, проявлять решительность). Он развивает в детях умение двигаться под музыку, музыкальный слух, память.

Физкультурный досуг не требует специальной подготовки. Он строиться на знакомом материале. Развлечения проводят как с одной группой, так и с группами близких по возрасту детей. В досуге педагог принимает самое активное участие: он подает команды к началу и окончанию игры или двигательного задания, подводит итоги, является главным судьей соревнования и своим заинтересованным отношением к происходящему создает эмоциональную атмосферу. Важную роль в поддержании радостного настроения, создании положительных эмоций играет атрибутика: эмблемы, медали, вымпелы, табло и т.д.

По содержанию и композиции физкультурный досуг может быть разным: он строится на знакомых играх и игровых упражнениях, на элементах спортивных игр (баскетбол, хоккей, футбол, теннис и т.д.), на упражнениях в основных движениях (беге, прыжках, езде на велосипедах, самокатах, роликовых коньках, прыжках через короткую скакалку). Такой вариант досуга является для ребенка своеобразным зачетом по овладению им перечисленных видов движений и освоению правильной техники движений.

Физкультурный досуг может строиться в основном на играх-эстафетах типа "Веселые старты" или "Зов джунглей". Этот досуг включает разученные на физкультурных занятиях движения.

Интересно проходит музыкальный досуг. Ребенок упражняется в выполнении движений с предметами (мячами, лентами, обручами и т.д.), ритмических упражнениях. Такой досуг развивает творчество, инициативу, красоту, грациозность и выразительность движений.

                                                 Заключение.

  Практика работы дошкольных упреждений убеждает, то для результативной деятельности с детьми необходима хорошо продуманная система подготовки воспитателей, тесный контакт с медицинским персоналом и семьей.

Физкультурные досуги  призваны удовлетворить естественную потребность детей в движении, способствовать своевременному овладению ими двигательными навыками и умениями, формировать положительную самооценку, аналитическое отношение к себе и деятельности товарища. Повышают интерес к занятиям, оказывает благотворное воздействие на организм ребёнка, закрепляет двигательные умения и навыки, развивает быстроту, ловкость, выдержку, внимание, смелость, упорство, организованность, способствует воспитанию чувства коллективизма, дружбы. В зависимости от возраста детей физкультурный досуги длятся  20-50 минут. Организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня. Он включает в свое содержание уже знакомые детям подвижные игры, эстафеты, разнообразные движения. Досуг имеет тематическую направленность.

Младший дошкольный возраст задачи физкультурного досуга является: Привлекать детей к посильному участию в коллективных и индивидуальных двигательных действиях, обогащать их яркими впечатлениями.   
Средний дошкольный возраст. Приучать детей к самостоятельному участию в совместных упражнениях, играх, развлечениях, при этом побуждать каждого ребенка к проявлению своих возможностей.   
Старший и подготовительный дошкольный возраст. Развивать у детей умение творчески использовать свой двигательный опыт в условиях эмоционального общения со сверстниками, приучать их проявлять инициативу в разнообразных видах деятельности.

  Формирования двигательных функций позволяет сделать вывод о необходимости создания для ребенка возможности правильно двигаться, т.е. заложить у него основы физической культуры.