

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение города Керчи Республики Крым «Детский сад комбинированного вида №6 «Радуга»

Консультация
«Организация активного отдыха детей в детском саду и дома»



Подготовила:
инструктор по физической культуре
Осадчук С.Ф.

г. Керчь, 2023г.

Да, да, вначале было не слово, а игра, если говорить о начале культуры всего человечества или начале вхождения в жизнь малыша. Играя почти бессознательно, ребёнок осваивает формы и величины вещей и предметов, различает цвета и звуки, наблюдает, запоминает, повторяет, координирует движения, расширяет свой кругозор, радуется жизни.

Каждый ребёнок имеет право на счастье, понять природу игры, её поразительный воспитательный потенциал, обладающий развитым творческим воображением и высокой потребностью в движениях.

Большая роль в воспитании здорового ребёнка принадлежит активным организованным формам двигательной деятельности, одной из которых является физкультурные занятия, спортивно – оздоровительные праздники совместно с родителями, развлечения, дни здоровья.

Актуальной задачей физического воспитания является поиск эффективных средств совершенствования развития двигательной и активной сферы детей дошкольного возраста на основе формирования у них потребности в движениях. Развитие интереса к движениям производится на основе жизненной потребности ребёнка быть сильным, смелым, ловким при взаимодействии со сверстниками. В рациональном сочетании с другими видами работы по физическому воспитанию они помогают создать целесообразный двигательный режим, который служит повышению функциональных возможностей, улучшению работоспособности и закалённости детей, является эффективным средством всестороннего развития и воспитания детей. Организация активного отдыха – это слаженная деятельность педагогов, детей и взрослых, она служит пропаганде здорового образа жизни, познание окружающей действительности через движение, как среди ребят, так и среди взрослых.

Одним из важных требований к организации активного отдыха является проведение их в разные сезоны года и в разнообразных природных условиях: на участке детского сада, в парке, на стадионе, на берегу реки. От конкретного места проведения активного отдыха во многом зависит его форма, тематика, структура, содержание, оформление. Необходимо все формы активного отдыха детей вынести на свежий воздух, за исключением праздников и досугов в бассейне. При любой форме организации активного отдыха детей взрослые должны позаботиться о том, чтобы никто из детей не находился в рядах постоянных зрителей, болельщиков. Желательно, чтобы дети все вместе и поочерёдно командами участвовали в разных номерах программы, помогали ведущим и судьям, необходимо обеспечить достаточно высокую двигательную активность, обязательно учитывать соответствие одежды детей состоянию погоды.

Положительных результатов в организации активного отдыха детей можно добиться только при тщательной предварительной подготовке, которая начинается с составления программы, всё это поможет правильно спланировать работу с детьми и своевременно приступить к её организации, а также распределить обязанности.

В плане активного отдыха нужно отразить разделы:

- цели и задачи
- место и время проведения данного мероприятия
- состав организационной группы, обязанности
- количество участников и их состав
- поощрения, сюрпризные моменты, награды

В программах активного отдыха детей большое место должно быть отведено: оздоровительно – интегрированным досугам с рече -двигательными элементами и игровым упражнениям на развитие физиологического дыхания, подвижным и спортивным играм, эстафетам совместно с родителями, коллективным выступлениям детей. Следует стремиться к тому, чтобы содержание проводимых мероприятий было разнообразным, интересным, создавало возможность активного участия детей, доставляло радость, удовольствие и эмоциональный подъём.

Играя, дети учатся прежде всего развлекаться, а это одно из самых полезных занятий на свете.

Предлагается вашему вниманию сценарий активного отдыха детей дошкольного возраста.

Оздоровительно – интегрированный досуг для детей старшей группы с речедвигательными элементами и игровыми упражнениями на развитие физиологического дыхания

«АХ, КАКАЯ ПРЕЛЕСТЬ – ЗОЛОТАЯ ОСЕНЬ»

Цели:

Оздоровительные:

-укрепление здоровья, формирование потребности в двигательной активности.

Образовательные:

-целенаправленное развитие физических качеств (ловкости, быстроты, общей выносливости), через игры – развлечения, эстафеты.

Воспитательные:

- воспитание умения детей творчески подходить к выбору и использованию инвентаря, проявляя сообразительность, активность.

Предварительная работа: оформление спортивного зала осенними картинками, разноцветными листочками, угощение для детей.

В спортивный зал оформленный в виде осеннего леса входят дети под музыкальное сопровождение «Прогулка в осенний лес»

Ведущий:

Если на деревьях листья пожелтели, если в край далёкий птицы улетели, если небо хмурое, если дождик льётся это время года –

Дети – осенью зовётся.

Нельзя нам на свете прожить без чудес, они нас повсюду встречают, волшебный, осенний и сказочный лес, нас в гости к себе приглашает.

Ребята, отправляемся в поход в осенний лес.

*Комплекс общеразвивающих упражнений – показывает ребёнок,
дети выполняют движения и проговаривают слова:*

Чуть слышно осень наступает,
плоды на ветках созревают,
уж ягод сладких полон лес,
и дождь осенний льёт с небес,
сад давно уж нас зовёт,
мы отправимся в поход,
вот дорога впереди,
боком надо нам пройти – *(идут приставным шагом боком)*,
высоко ноги поднимаем,
весело шагаем, ступеньки к озеру спешат,
прыгать на они велят, *(шагают с высоким подъёмом колена, прыгают на
обеих ногах с продвижением вперёд)*

по дорожке земляной
все мы «змейкой» пойдём,
и куда – то попадём.

Ведущий: Ребята мы попали в сказочный лес, посмотрите под берёзкой
- маленький удаленький, сквозь землю прошёл, красную шапочку нашёл
Что это?

Дети: - грибок

Посмотрите, гриб растёт – белый гриб –

Гриб – вырос я в лесу густом, ой как весело кругом,

здесь полным – полно ребят на меня они глядят

Здравствуйте, девочки – ягодки, здравствуйте мальчики – грибочки,

пойдём те со мной за грибами,

А грибы вы знаете?

Сейчас я вам ребятки, загадать хочу загадки,

загадки не простые, а про грибы лесные, вы смотрите, не зевайте,

хором, дружно отвечайте!

-Нет грибов дружей, чем эти, знают взрослые и дети,

на пеньке растут в лесу, как веснушки на носу,

что же это за ребята, как грибы зовут – **опята...**

- Он в красной шапочке растёт, среди корней осиновых,
его заметишь за версту, зовётся - **подосиновик.....**

- Ходят в рыженьких беретах, осень в лес приносят летом,
очень дружные сестрички, золотистые ... **лисички...**

Ведущий: Ну и ну, вот так ребятки, отгадали все загадки.

А вот это на полянке, ядовитые поганки,

все друзья мои родные, мухоморчики лесные,

ну, кто хочет поиграть, свою ловкость показать.

*Проводится игра «Что за гриб в твоём лукошке» -
будет музыка звучать грибы можно собирать,
стихнет музыка друзья собирать грибы нельзя.*

Много, много про грибочки вы узнали, и конечно поиграли,
но пришла пора прощаться, до свидания друзья
не забывайте про меня.

Ой, ребята дождик начинается,

Дождинка: - здравствуйте, ребяткишки, девчонки и мальчишки!

Я – дождинка – хохотушка, я осенняя подружка,
как чудесен мой наряд, всюду капельки весят,
потому что дождь и, я закадычные друзья!

Ведущий: - Что ж, дождинка, оставайся,

Вместе с нами развлекайся, дождик с нами тоже дружен,

Все мы знаем, дождик нужен!

Дождинка –

Бедным тучам очень тесно, нету тучам в небе места,

Перессорятся все двести, а потом заплачут вместе,

и кричит внизу народ ... разбегайся, дождь идёт!

Проводится игра «Дождь и зонтик»

*(Дети боковым галопом двигаются по залу, в середине зала
лежит раскрытый зонтик, музыка стихает,*

*дети быстро разбиваются на пары, поднимая сцепленные руки вверх,
чтобы получилась крыша, оставшийся без пары ребёнок берёт зонтик и
танцует с ним под весёлую музыку, остальные игроки хлопают ему, затем
игра повторяется).*

Дождинка:

Вы чудесные ребята!

Я скажу вам честно, веселиться с вами было очень интересно,

Но прощаться нам пора, до свиданья детвора!

Ведущий:

Вот дождинка убежала, что – то сразу грустно стало,

Может нам пора играть, овощей по собирать

Вспомним загадки про огородные секреты

Кто узнает все ответы – огородные секреты,

станет самым умным в мире, начинаем три – четыре.

1. Как растрёпанный баран, беломраморный кочан,
листья держатся так густо у растения капуста

2. Красный, сладкий корешок любит каждый наш дружок,
зелен хвост, красна головка, это что морковка

3. В огородном чудном мире, он в пупырчатом мундире,
знает каждый молодец этот овощ огурец

Ведущий: Молодцы, все загадки отгадали, а теперь давайте поиграем.
- Как – то вечером на грядке, овощи играли в прятки,
и морковка и лучок, и редис, кабачок, спрятались под листья и молчок,
- так давайте их найдём.

Проводится игра «Овощи – фрукты»

(поделившись на 2 команды, дети выбирают из корзины овощи или фрукты).

Ведущий: Молодцы, всё правильно собрали.

Ой, ребята, тише, тише,

Что странное я слышу:

Кто – то к нам сюда спешит,

И как будто бы ворчит.

Кикимора: что такое?, Почему?, Ничего я не пойму!

Вы, откуда все взялись в моём лесочке?

Кикимора:

Значит, я не зря плутала, значит я туда попала!

Все тропинки исходила, на ногах мозоль набила.

Что? Меня не узнаете?

Так – так – так, ну вы даёте!

Я ж кикимора лесная, очень вредная и злая,

я веселье отменяю, всех отсюда выгоняю!

(свистит в свисток, бежит среди ребят, пугает их)

Ведущий: никуда мы не уйдём, мы ведь осень в гости ждём,

Осень к нам прийти должна, осень очень нам нужна!

Кикимора – осень вовсе не нужна *(топает ногами)*

Ну зачем, зачем она?

Осенью дожди, ненастье, ну какое в этом счастье?

Лужи, грязь, морозы, и сплошные слёзы.

Ведущий: что ты, что ты – осень – сказка!

Все вокруг как в ярких красках, жёлтых и багровых,

Красных и лиловых.

Кикимора: Ну ладно, а состязаться со мной не хотите?

Ведущий: смотря в чём

Кикимора: например кто громче закричит, или у кого язык длиннее

Ведущий: скажу тебе заранее: не нужны нам такие состязания!

Ты лучше с нами в игру поиграй, да ребят позабавляй.

Кикимора: хорошо, играем на кого рукой покажу дружно отвечайте

Скажу съедобное отвечайте – ням, ням, ням.

Скажу несъедобное отвечайте – фу, фу, фу.

- булочки хрустящие – ням, ням, ням

- тапки заваливающие – фу, фу, фу

-пирожки слоёные – ням, ням, ням

- валенки варёные – фу, фу, фу

- шарики сырные - ням, ням, ням

- салфетки жирные – фу, фу, фу

- пряники вкуснящие – ням, ням, ням
- яблоки хрустящие – ням, ням, ням
- селёdochка пряная – ням, ням, ням
- грибочки поганые – фу, фу, фу
- шишки еловые – фу, фу, фу
- табуреты новые – фу, фу, фу
- рваные карманы – фу, фу, фу
- воза три сметаны – ням, ням, ням

Кикимора: молодцы, все какие внимательные

Что же делать? Как же быть?

Как ещё вас убедить? Вы поверьте, детвора,

Осень – скучная пора, некуда пойти – податься,
в общем нечем заниматься.

Ведущий: осень – славная пора, любит осень детвора,
И сейчас мы споём тебе осенние частушки.

1. Дождик льёт, не уставая, тучам нет конца и края,
беспокоится народ, не случился ли потоп.
2. Осенью спешит народ, поскорей на огород,
время зря нельзя терять, нужно урожай собирать.
3. Летом не ленился, урожаю удивился,
- гляньте, сколько овощей, для салатов и для щей.
4. Грибники берут корзинки, и шагают по тропинке,
вот волнушки, вот опята, сыроежки и маслята.
5. Осень – время золотое, нет нам осенью покоя,
груши, яблоки, компоты, всё попробовать охота.

Кикимора: Хорошо частушки спели, вы меня развеселить сумели,
Где веселье – там игра, поиграть хотите?

*Игровое упражнение на развитие физиологического дыхания
- дети проговаривают слова и перестраиваются из хоровода в пары,
и подбирают листья общего цвета.*

Ты лети, лети листок прямо на дорожку,
пролети совсем чуток, отдохни немножко,
хороводик заведём, заведём на славу,
и листочку своему подберём мы пару.

Кикимора: славно мы повеселились, очень крепко подружились,
Поиграли, поболтали, все вокруг друзьями стали.

Вам, ребята помогу, осень я для вас найду, и конечно позову.

Вьётся петляет тропинка лесная, по лесу осень идёт – золотая

Звучит спокойная музыка, в зал входит Осень.

Осень: Здравствуйте, мои друзья! Вы рады встретиться со мной? Вам нравится наряд лесной?

Ведущий: дорогая наша осень, хороша, что ты пришла, у тебя мы, осень спросим,

Что в подарок принесла?

Осень - принесла я вам муки!

Дети – значит, будут пироги!

Осень – а уж яблоки - как мёд!

Дети - на варенье, на компот!

Ведущий – собирают осенью урожай плодов,
много людям радости после всех трудов.

Осень – славная пора!

Ждёт подарки детвора!

Осень: Ну, тогда мне помогите, все листочки соберите!

Эти листья не простые - ярким солнцем залитые,
листья очень разные, жёлтые и красные.

*(Ставит корзину с листьями перед детьми, накрывает её большим
платком)*

Кикимора и Осень: Сейчас будем колдовать, будем листья превращать!
Всех прошу закрыть глаза, начинаем чудеса, но будьте честными, друзья,
открывать глаза нельзя.

(в это время Кикимора меняет корзинки)

Превращайтесь, листья дубовые, кленовые,
в яблоки душистые, сочные, медовые.

(Осень хлопает в ладоши, дети открывают глаза)

Кикимора и Осень: ой, ура, ура, ура – посмотрите детвора,

Все листочки испарились, в угощение превратились,

В яблоки прекрасные, жёлтые и красные,

угостим всех ребятшек, и девчонок и мальчишек.

(Осень и Кикимора угощают детей – яблоками)

Очень весело нам было,
всех детей мы полюбили,
Но прощаться нам пора,
что поделать, ждут дела,
До свидания!