Подготовка физкультурного праздника имеет ряд моментов: начинается она с составления сценария, в содержании которого входят различные соревнования. Но не следует увлекаться только упражнениями соревновательного характера, чтобы не превратить праздник в сплошное соревнование. Ведь главное назначение праздника – веселить детей, доставлять им удовольствие. Поэтому нельзя допускать, чтобы эти чувства растворились в горечи поражения для проигравших. Кроме игр и упражнений, в сценарий могут быть включены концертные номера. Очень оживляет праздник выступление детей с физкультурными упражнениями и танцами со скакалками, лентами, мячами и другими предметами. Большое значение имеет оформление зала или площадки к празднику, которое должно подчеркивать направленность этого праздника. В празднике могут участвовать смешанные или параллельные классы.

Итак, начинается мероприятие с приветствия команд – это может быть в любой форме, на изобретательность команд. Ведущий представляет жюри, которые оценивают конкурсы.

1. «Олени и пастухи».

Одна команда - олени, на головах у них атрибуты, имитирующие оленьи рога. Другая команда – пастухи – стоят на противоположных сторонах площадки, в руках у них маут (картонное кольцо или длинная веревка с петлей). Команда олени бегают по кругу гурьбой, а пастухи стараются накинуть им на рога маут. Рога могут имитировать и веточки, которые дети держат в руках.

Правила конкурса. Бегать надо легко, увертываясь от маута. Набрасывать маут можно только на рога. Каждый пастух сам выбирает момент для набрасывания маута. После подсчитывания уцелевших оленей команды меняются местами. Игра на время.

2. «Ловля оленей».

Первая команда – олени, другая – пастухи. Пастухи берутся за руки и стоят полукругом лицом к оленям. Олени бегают по очерченной площадке. По сигналу «Лови!» пастухи стараются поймать оленей и замкнуть круг.

Правила конкурса. Ловить оленей можно только по сигналу. Круг замыкают тогда, когда поймано большее число игроков. Олени стараются не попадать в круг, но они уже не имеют права вырываться из круга, если он замкнут. После подсчета команды меняются местами.

3. «Нарты - сани».

Команды выстраиваются в колонны. Двое соперников бегут и прыгают через нарты, поставленные друг от друга на расстоянии 1 м, ширину 30 -40 см, высоту 20 см. Сделать их можно из картона. Выигрывает тот, кто быстрее прибежит и не заденет нарты.

Правила конкурса. Бежать надо от черты до черты по сигналу «Беги!». Сначала ставят двое нарт (саней), затем можно добавить еще двое.

4. «Отбивка оленей».

Команда находится внутри очерченного круга. Другая за кругом – это олени. По сигналу «Раз, два, три – отбивку начни!» пастухи по очереди бросают мяч в оленей.

Правила конкурса. Бросать мяч можно только в ноги и только по сигналу. Стрелять надо с места в подвижную цель. Смена мест игроками.

5. «Ледяные палочки (Сюлы)».

Каждая команда подбирает себе палочку, которая должна быть выше его роста. Несколько палочек заранее обливают водой и держат на морозе, пока они не обледенеют. Играющие берут сюлы в правую руку и становятся боком вперед, левую руку сгибают в локте, а правую заводят за спину, пропуская палку под согнутый локоть левой руки, и сильно бросают ее.

Правила конкурса. Сюлы должны лететь только в прямом направлении. Выигрывает та команда, которая дальше бросит палочки. Если палка летит в сторону, то играющий выбывает из игры.

6. «Тройной прыжок».

На снегу или полу проводится черта, играющие становятся за нею. По очереди они прыгают от черты вперед: в первых двух прыжках прыгают с одной ноги на другую, в третьем прыжке приземляются на обе ноги. Выигрывает та команда, которая прыгнула дальше.

Правила конкурса. Начинать прыгать надо от черты. Прыгать можно только указанным способом.

7. «Ловкий оленевод».

В стороне на площадке ставится фигура оленя. Оленеводы располагаются шеренгой лицом к оленю на расстоянии 3 – 4 м от него. Поочередно они бросают в оленя мячом, стараясь попасть в него. За каждый удачный выстрел команда оленевода получает флажок. Выигравшей командой считается та, которая большее число раз попадет в оленя.

Правила конкурса. Бросать мяч можно только с условного расстояния.

8. «Успей поймать!».

Ведущий подбрасывает мяч вверх между командами. Если мяч поймает одна команда, то они начинают перебрасывать мяч друг другу так, чтобы мячом не завладела другая команда. Выигрывает та команда, которая сможет дольше удержать мяч.

Правила игры. Передавая мяч, нельзя касаться руками игрока и долго задерживать мяч в руках.

9. «Борьба для сибиряков».

Конкурс для капитанов. Чертится линия. Двое капитанов садятся по обе стороны черты лицом друг к другу. Держась за палку двумя руками и упираясь ступнями ног о ступни другого, начинают перетягивать друг друга. Выигрывает тот, кто перетянет соперника за черту.

Правила игры. Начинать перетягивать палку следует одновременно по сигналу. Во время перетягивания палки нельзя менять положения ступней ног.

10. «Перетягивание на палках».

Команды садятся на пол гуськом: одна группа против другой. Передние берутся за палку двумя руками и упираются друг в друга ступнями ног. Остальные в каждой группе крепко держат друг друга за талию. По команде постепенно перетягивают друг друга.

Правила игры. Победителем считается та группа, которая перетянула на свою сторону другую группу, или приподняла в ней с места несколько человек, или вырвала палку из рук переднего. Игроки в каждой команде должны быть равны по численности и по силе.

Заканчивается праздник построением команд. Жюри объявляет победителя, и участникам праздника вручает памятные сувениры, чтобы дети запомнили праздник.