

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
Детский сад № 289 Красноармейского района Волгограда

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ

"ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ДНЯ ЗДОРОВЬЯ В ДОУ"

Подготовила:
Сержантова Ю.Б.,
старший воспитатель

Волгоград,
2024

Организация дней здоровья в ДОУ

В системе массовых мероприятий, направленных на укрепление здоровья детей и формирование здорового образа жизни, важная роль принадлежит **дням здоровья**. Проводят их один раз в месяц, в последнюю пятницу месяца в течение года.

Эти дни отличаются разнообразной и интересной двигательной деятельностью, насыщенной вариативностью стимулирующих и активизирующих форм и приёмов, способствующих формированию двигательного опыта детей, укреплению здоровья, закаливанию организма.

На днях здоровья дети приобретают опыт активного отдыха.

Структура дня здоровья представлена вариативностью содержания, реализуемого в разные режимные моменты дня с детьми и родителями.

В **дни здоровья** режим дня насыщается активной деятельностью детей с учётом особенностей климатических условий. Так в холодное время пребывания на воздухе, по возможности, должно быть увеличено, а в тёплое – вся двигательная-игровая деятельность дошкольников выносится на открытый воздух. Воспитательная работа в этот день направлена на создание условий активного отдыха детей, в связи, с чем отменяются все занятия.

В планировании, организации и проведении **дня здоровья** принимают активное участие не только воспитатели, но и медицинский работник, инструктор по физической культуре и другие «узкие» специалисты ДОУ.

Дни здоровья должны иметь тематику, которая конкретизируется в каждой возрастной группе

- «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»;
- «Быть здоровыми хотим – помогает нам режим»;
- «Гигиена, чистота – нам здоровье, красота»;
- «Здоровое питание»;
- «Спорт – здоровье», «Движение-здоровье»;
- «Нет» - вредным привычкам»;
- «Народные игры – удальцам раздолье и забава»;
- «Веселье и смех – нам здоровье и успех»;
- «Природа и здоровье» и т.д.

Начинается день здоровья утренним приёмом детей, который может вести определённый игровой персонаж в процессе интересного и занимательного взаимодействия. Можно предложить детям и родителям (в утренние или вечерние часы) различные задания в серьёзной и юмористической форме: беседы-диалоги, ситуации-провокации, игры, полосы препятствий, загадки, оздоровительные минутки, позволяющие создать положительный эмоциональный настрой и повысить активность детей и взрослых.

Утренняя гимнастика должна быть связана с темой дня и проводится в нетрадиционной форме. Это может быть:

- зарядка бодрости,
- эмоционально-стимулирующей гимнастика,
- аэробика,
- гимнастика «Маленьких волшебников» с элементами массажа, самомассажа биологически активных точек кожи и психогимнастики.

На такую гимнастику можно пригласить сказочных персонажей, родителей, работников детского сада.

Дальнейшая программа Дня включает разнообразные формы работы с учётом возрастных и индивидуальных особенностей дошкольников

- сюжетно-ролевые игры;
- подвижные игры и упражнения на воздухе;
- путешествия-прогулки;
- простейшие туристические походы;
- уроки здоровья;
- динамические и оздоровительные паузы;

- спортивные праздники;
- пешие походы;
- спортивные конкурсы и викторины;
- забавы и развлечения;
- физкультурные досуги;
- решение проблемных ситуаций по вопросам здоровья;
- народные и спортивные игры;
- упражнения на дорожках здоровья и закаливания;
- солнечные и воздушные ванны;
- эстафеты и др.

Двигательная нагрузка регулируется педагогами в соответствии с возрастом, физической подготовленностью и состоянием здоровья детей.

Во избежание переутомления дошкольников, интенсивные формы необходимо чередовать с малоподвижными играми и ситуациями, релаксационными паузами, придавая участию детей непринуждённый характер и способствуя их оздоровлению.

Наиболее эффективны дошкольников физкультурные праздники и досуги с выполнением упражнений соревновательного характера (для старших дошкольников), всевозможные викторины и детские концерты (для детей младшего возраста).

Вторая половина **Дня здоровья** предусматривает активное участие родителей в совместных мероприятиях с детьми: спортивных праздниках, конкурсах и викторинах, шоу, оздоровительных часах, праздников на воздухе, вечерах – развлечениях, КВН и др.

В перспективном планировании в блоке «Взаимодействие с родителями» должны быть отражены разнообразные формы работы в рамках обозначенной темы дня здоровья:

- оригинальная информация в родительских уголках,
- памятки,
- консультации,
- домашние задания и т.д.

Все это помогает педагогам ДОО активизировать родителей для участия в днях здоровья, повысить их потенциал в семье и уровень педагогической культуры по проблемам оздоровления своих детей.

Успешное проведение дней здоровья является результатом слаженной и организованной работы всего коллектива ДОО и семьи, объединяющей взрослых и детей общими целями.

Таким образом, 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.

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. Машенко 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