**"День здоровья в ДОУ"**

ЩЕРБАК ЮЛИЯ ВЛАДИМИРОВНА ,инструктор по физической культуре. 2019год.

Участники проекта – педагоги, дети дошкольных групп, родители;

Сроки реализации проекта: краткосрочный (1 день);

Вид проекта: физкультурно-оздоровительный;

**Актуальность**

Проблема здоровья и его сохранения в современном обществе стоит более чем остро. Словосочетания «здоровьесберегающие технологии» и «формирование здорового образа жизни» заняли прочное место в беседах с родителями и детьми, в планах воспитательной работы педагогов дошкольных учреждений. Первые представления о здоровье и здоровом образе жизни формируются уже в дошкольном возрасте. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов, становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и к окружающим. В настоящее время задача сохранения и укрепления здоровья детей, как физического так и психического, приобщения его к здоровому образу жизни и овладению современными здоровье сберегающими технологиями в нашем детском саду является одной из значимых и приоритетных. Но проблема по-прежнему остаётся актуальной. Как же нужно воспитывать ребёнка, чтобы он понимал значимость здоровья и умел бережно к нему относиться? Эту задачу взрослым (педагогам и родителям) нужно начинать решать с самых ранних лет жизни ребёнка, решать системно и сообща.

Януш Корчак писал в своих наблюдениях: «Взрослым кажется, что дети не заботятся о своём здоровье.… Нет. Детям совершенно так же, как и взрослым, хочется быть здоровыми и сильными, только дети не знают, что для этого надо делать. Объясни им, и они будут беречься»

Все мы, родители, врачи, педагоги, хотим, чтобы наши дети хорошо учились, год от года становились сильнее, вырастали и входили в большую жизнь людьми не только знающими, но и здоровыми. Ведь здоровье – это бесценный дар. И важно понимать, что забота о здоровье наших детей сегодня – это полноценный трудовой потенциал нашей страны в ближайшем будущем.

**Цель проекта**: формирование интереса к здоровому образу жизни, своему здоровью, движениям и спорту;

**Задачи проекта:**

* Закрепить знания детей о понятии «здоровье»;
* Уточнить правила сохранения здоровья;
* Сформировать интерес к собственному организму, самочувствию, настроению, связанному с состоянием здоровья;
* Закрепить правила общежития, связанных с сохранением здоровья других людей;
* Удовлетворить природную потребность детей в движении;
* Воспитывать у детей осознанное отношение к необходимости закаляться, заниматься спортом.

**План мероприятий на 07.04.2019 г. «День здоровья»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **время** | **Название мероприятия** | **Ответственный** |
| 07.30-08.00 | «Утро радостных встреч» |  |
| 08.15-08.25 | Общая утренняя зарядка на площадке детского сада «Здоровье в порядке. Спасибо зарядке» | Инструктор по физической культуре |
| 08.30-09.00 | «Завтрак Чемпиона» |  |
| 09.00-09.10 | Тематическая беседа «Уроки Мойдодыра» (1-ая младшая гр.) | Воспитатель |
| 09.00-09.20 | Тематическая беседа «Чтобы быть здоровыми» (средняя/старшая гр.) | Воспитатель |
| 09.00-09.30 | Тематическая беседа «В здоровом теле – здоровый дух» игры-соревнования (подготовительная гр.) | Воспитатель |
| 09.45-10.30 | Мероприятие «Мы здоровью скажем «ДА»» | Инструктор по физической культуре |
| 10.45-11.15 | Подвижные игры «Попади в цель», «Мяч в кругу», «Найди свой домик» (1-ая младшая гр.) | Воспитатель |
| 10.45-11.30 | Подвижные игры «В гости к ежу», «Белки - горелки» (средняя группа) | Воспитатель |
| 10.45-12.00 | Подвижные игры «Хитрая лиса», «Совушка», «Жучка и зайцы» (подготовительная группа) | Воспитатель |
| 11.50-12.30 | «Обед Олимпийца» |  |
| 15.00-15.10 | Гимнастика пробуждения «Кто спит в постели сладко? Давно пора вставать. Спешите на зарядку, мы вас не будем ждать!» (все группы) | Воспитатели групп |
| 15.20-15.30 | Полдник: «Раз, два, три – подкрепись, дальше спортом ты займись» |  |
| 15.40-15.55 | Рассматривание альбома «Летние виды спорта» (средняя группа) | Воспитатель Прудникова |
| 15.30-16.00 | Вечер загадок и игр «Мы дружим с физкультурой» (подготовительная гр.) | Воспитатель |
| 16.00-16.30 | Танцевальный марафон «Навстречу друг к другу» | Инструктор по физической культуре |
| В течение дня | Фото отчёт для родителей «С физкультурой мы дружны» | Воспитатели групп |

**1. Подготовительный этап**

* оформить группы, в соответствии с темой дня
* подготовить информацию для родителей в родительские уголки: «Здоровье – всему голова»;
* разработать символику дня.
* для родителей тематические листовки «Здоровым жить здорово!»
* для групп придумать развлечения, игры, эстафеты.
* разработать тематический план работы с детьми в течение дня (содержание вале логического часа, деятельность в физкультурном уголке, формирование КГН, продуктивную деятельность и др.);
* чтение художественной литературы о спорте, физкультуре, о здоровом образе жизни и т. д.;
* разучивание загадок, песен на спортивную тематику;
* рассматривание иллюстраций с изображениями разных видов спорта.
* беседы и занятия с детьми о здоровом образе жизни, о сохранении здоровья, полезной пище и витаминах;

**2. Основной этап (практическая реализация проекта)**

**День здоровья в МБДОУ №5 «Улыбка» под девизом «Мы здоровью скажем «ДА».**

День здоровья в детском саду – это не просто часть воспитательной работы, это еще и праздник для малышей, их родителей и сотрудников.

Рано утром с пожеланиями здоровья всех встречали сказочные персонажи, кот Матроскин и медсестра Неболейка предлагали детям и родителям витамины, раздавали родителям тематические листовки «Здоровым жить здорово!» и приглашали всех на музыкальную игровую спортивную зарядку. Веселая разминка сопровождалось музыкой, художественным словом.

Перед завтраком дети, родители и сотрудники вышли на спортивную зарядку, на площадку детского сада «Здоровье в порядке. Спасибо зарядке»

Специально к празднику медицинский персонал ДОУ разработал «Сказочно - здоровое меню».

После вкусного и полезного завтрака дошкольникам проводились тематические беседы:

«Уроки Мойдодыра» (1-ая младшая гр.)

 «Чтобы быть здоровыми» (средняя.)

 «В здоровом теле – здоровый дух» игры-соревнования (подготовительная гр.)

В каждой группе воспитатели организовали интересные, увлекательные конкурсы.

После интересных и увлекательных бесед дети отправились на мероприятие «Мы здоровью скажем «ДА»»

В начале мероприятия дети побывали в стране «Правильной речи», где рассказывали стихи, разгадывали загадки., играли в коммуникативные игры и выполняли упражнения на развитие речевого дыхания.

Здесь дети вспомнили правила личной гигиены, которые должны соблюдать в течение дня.

Айболит побеседовал с детьми о том, что такое здоровье, как поддерживать, укреплять, сохранять его.

С Айболитом пели песни и танцевали танец «Зверобику». Веселый Айболит развлекал детей, проверяли на силу, ловкость, быстроту.

Пока дети играли, появился нездоровый клоун, *он держался за сердце, за поясницу, охал. Дети выяснили, почему клоун заболел, и помогли ему выздороветь. Они рассказали правила личной гигиены, показали предметы личного пользования, поиграли с ним в игры о здоровом питании, спели песни.*

Во второй половине дня праздничные мероприятия проходили в группах. Воспитатели проводили сюжетно-ролевые, подвижные игры, рассматривали альбомы «Летние виды спорта», провели вечер загадок и игр «Мы дружим с физкультурой», создавали проблемно-игровые и практические ситуации, направленные на формирование представлений о здоровом образе жизни, сохранение и укрепление физического, психического, соматического здоровья.  
Вечером родители, дети и сотрудники участвовали в танцевальном марафоне «Навстречу друг к другу, где под веселую, ритмичную мелодию станцевали

Воспитатели вместе с детьми ответственно подошли к выполнению задания, данного накануне, дети поделились своими впечатлениями со своими родителями о прошедшем дне.

Данное мероприятие закончилось фото отчётом для родителей «С физкультурой мы дружны», где воспитатели показали свои самые лучшие моменты о дне здоровья.

Дети были в восторге от Дня здоровья, родители и сотрудники также получили заряд бодрости и хорошего настроения, потом ещё долго и с теплом вспоминали праздник и желали друг другу здоровья!

**3. Заключительный этап**

- Собрать детские комментарии, высказывания о Дне Здоровья.

- Оформить выставку фотографий,

- Предоставить информацию на сайт ДОУ.

**Ожидаемые результаты:**

* Повышение педагогического мастерства педагогов в вопросах физического развития и валеологического воспитания, развитие большего внимания организации оздоровительной работы в группах ДОУ
* Увеличение запаса валеологических представлений, познавательных и коммуникативных умений дошкольников по теме проекта.
* Повышение заинтересованности родителей в ведении здорового образа жизни своего и ребёнка.

В проекте на протяжении дня реализуются различные формы обучения, оздоровления детей с учетом возрастных индивидуальных особенностей, интересов, имеющихся запасов знаний о здоровом образе жизни, умений и навыков.

Совместная деятельность под руководством педагога формирует в детях ценнейшие морально-волевые качества: чувства коллективизма, дружбы, взаимопомощи, развивает выдержку, внимание, смелость, упорство, дисциплинированность.

Данный проект показал, что физкультурно-оздоровительная работа в разнообразных видах деятельности и режимных процессах работы ДОУ обеспечивают достаточную физическую нагрузку одновременно для всех детей, повышают выносливость детского организма. Движения укрепляют здоровье ребенка и способствуют снятию перенапряжения.