

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад компенсирующего вида №53 «Сказка»**

**День здоровья
как форма физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ**

**Статью подготовила
инструктор по физической культуре
Гляделова Алла Васильевна**

**г. Озерск
2011 г.**

Федеральные государственные требования к разделу «Физическая культура» в дошкольных учреждениях направлены на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих задач:

- развитие физических качеств;
- накопление и обогащение двигательного опыта;
- формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Для реализации этих задач в нашем ДОУ создана система по сохранению и укреплению здоровья детей (Приложение №1). Одной из форм данной системы являются Дни здоровья, которые мы проводим ежеквартально. Основным предназначением этих дней, учитывая особенности психофизического развития детей с нарушением речи, является содействие предупреждению переутомления. В эти дни отменяются все учебные занятия и на первый план выдвигаются задачи по максимальному насыщению режима дня двигательной деятельностью.

В процессе сбора информации и практического материала для проведения Дня здоровья в методических пособиях находились лишь сценарии физкультурных досугов. Мы же поставили себе цель — организовать День здоровья для всего детского сада: детей, их родителей, сотрудников. Была проведена большая предварительная работа:

- проанализированы возможности с учетом наличия физкультурного оборудования, наличия физкультурных залов, спортивных площадок, бассейна и других помещений для организации запланированных на этот день мероприятий;
- разработана серия познавательных занятий, направленных на воспитание потребности в здоровом образе жизни;
- составлены игровые схемы проведения прогулок, утренних зарядок с персонажами;
- подготовлена выставка плакатов и стенгазет на тему здорового образа жизни.

Структура Дня здоровья включает в себя мероприятия с детьми, сотрудниками и родителями (Приложение №2).

Как и любой другой день, День здоровья начинается с утреннего приема, который проходит в занимательной форме. Детям и их родителям предлагается отгадать загадки на темы здоровья, физкультуры и спорта.

Затем дети отправляются на спортивную площадку, на зарядку с доктором Айболитом, другими любимыми детьми персонажами сказок или мультфильмов.

С 9 часов до 11-ти проводятся следующие мероприятия:

- в группах проходят викторины и познавательные занятия по формированию представлений о здоровом образе жизни;
- в бассейне в это же время проходят матчевые встречи по волейболу на воде, где дети превращаются в настоящих спортсменов, соревнуясь, они учатся взаимодействовать друг с другом. А еще в бассейне дети получают удовольствие, заряжаются хорошим настроением. Ведь бассейн для детей — это не только мощный закаливающий фактор, но и мощный «психотерапевт»;
- в физкультурном зале дети отправляются в путешествие по Стране здоровья. На физкультурных досугах двигательные задачи стоят на первом месте, но важной составляющей являются и познавательные моменты, воспитание доброжелательности, сотрудничества и взаимопомощи;
- помещение музыкального зала в День здоровья претерпевает реконструкцию, превращаясь в «Веселый стадион», с помощью нестандартного оборудования решается задача разностороннего развития двигательных способностей.

На дневной прогулке проводятся межгрупповые и внутригрупповые состязания.

В сончас к соревновательной деятельности подключаются сотрудники детского сада, которые в этот день не менее активны, чем дети. С большим желанием и энтузиазмом они демонстрируют свои способности в специально разработанной для них программе «Экстрим-2011».

Программа состоит из 3-х ступенчатых испытаний:

- 1-я ступень «экстрим за 30сек.», учитывается количество прыжков на скакалке за 30 сек.;
- 2-я ступень «экстрим за 1 мин.», оценивается непрерывность и плавность вращения обруча, а так же изящество и творческий подход;
- 3-я ступень «эх раз, еще раз...», педагоги демонстрируют сплоченность и волю к победе.

Энергия, азарт, искрометный юмор сопровождают это мероприятие. Сразу становится ясно, что здоровье детей в надежных руках.

На вечерней прогулке детям и их родителям предлагаются различные двигательные конкурсы и состязания. Чтобы взаимодействие между детьми и родителями продолжалось и дома, в «Копилку семейного здоровья» дарим

какой-либо подарок (комплекс упражнений с мячом в парах, кроссворд на тему физкультуры и спорта и т.д.).

Вот так проходят Дни здоровья в нашем детском саду. Эта форма физкультурно-оздоровительной работы стала особенно любима детьми, родителями и педагогами нашего детского сада.

Система физкультурно-оздоровительных мероприятий в ДОУ



СТРУКТУРА ДНЯ ЗДОРОВЬЯ

8:00 – 8:30 Утренний приём

1. Загадки для родителей и детей на тему физкультуры и спорта.
2. Зарядка «От доктора Айболита».

9:00 – 11:00

1. Викторины: «Зимние и летние виды спорта».
2. Познавательные занятия на темы: «Хочу быть здоровым!», «Режим дня», «Весёлый стадион».
3. Развлечение «Весёлый волейбол на воде».
4. Физкультурный досуг «Путешествие в Страну здоровья».

11:00 – 12:30 Дневная прогулка

1. Внутригрупповые и межгрупповые спортивные состязания: «Боулинг», «Попрыгунчики», «Быстроножки», «Дальний прыжок».

13:30 – 15:00

1. Соревнования для сотрудников детского сада «Экстрим – 2011».

15:00 – 15:30

1. Развлечение «Весёлый стадион».

Вечерняя прогулка

1. Игровые задания для детей и родителей.
2. «Копилка здоровья» (задание на дом): комплекс упражнений с мячом в парах; кроссворд «Загадки Доктора Неболита».

Список использованной литературы:

1. Ахутина Г.В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход. Школа здоровья. 2000 г. Т 7. № 2. с. 21-28.