

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад №15 «Ручеёк» г.Петровска Саратовской области**

## **ОРГАНИЗАЦИЯ ДНЯ ЗДОРОВЬЯ В ДОО**

**Подготовила:  
Мироненко Ольга Владимировна,  
воспитатель МБДОУ д/с №15 «Ручеёк»**

Муниципальное  
бюджетное  
дошкольное  
образовательное  
учреждение  
детский сад №15  
"Ручеек"

# Проведение Дня здоровья

Доклад подготовила воспитатель МБДОУ ДС №15 «Ручеек» Мироненко О.В.

## АКТУАЛЬНОСТЬ

«Здоровье и здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизненности, бодрости детей зависит их душевное благо, интеллигентность, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы...»  
В.А. Сухомлинский

Проблема здоровья в наш век становится в современном обществе стоит более чем остро. Современными здоровьесберегающими технологиями и «формирование здорового образа жизни» заняты многие школы и детские сады, в том числе в дошкольном возрасте. Первые представления о здоровье и здоровом образе жизни формируются уже в дошкольном возрасте. Первые представления о здоровье и здоровом образе жизни формируются уже в дошкольном возрасте. Первые представления о здоровье и здоровом образе жизни формируются уже в дошкольном возрасте. Первые представления о здоровье и здоровом образе жизни формируются уже в дошкольном возрасте.

## ПРИМЕРНЫЕ ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ДНЯ ЗДОРОВЬЯ

- Цели: формирование интереса к здоровому образу жизни, своему здоровью, двигательной активности.
- Задачи:
1. Закрепить знания детей и навыки здоровья.
  2. Укрепить привычку соблюдения здоровья.
  3. Сформировать интерес к собственному организму, закрепить навыки соблюдения гигиены и сохранения здоровья.
  4. Закрепить навыки соблюдения гигиены и сохранения здоровья друг друга.
  5. Укрепить привычку соблюдения гигиены детей и животных.
  6. Настроить детей на активное отношение к необходимости заботиться, заниматься собой.

## ВИДЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

- Дидактическая
- Игровая
- Коммуникативная
- Изобразительная
- Музыкальная
- Воспитание художественной литературы и фольклора
- Познавательно-исследовательская
- Конструирование из разных материалов
- Самостоятельная и творческая физическая труд

## РЕЖИМНЫЕ МОМЕНТЫ

- Утренний прием:**
1. Зайка и группа через зайчика (за кулисы) ребята создают представление: прозвучит под музыку, переключатся через телевизор и т.д.
  2. Зайка для ума — отгадывание загадок и чтение стихов.
  3. Свободная деятельность детей.
- Утренняя прогулка:**
1. Дидактическая минутка «Обучение здоровью».
  - Цель: дать детям положительный настрой на весь день.
  2. Познавательные игры по желанию детей.
  3. Решение проблемной ситуации: «Что такое режим дня, и что будет, если его не соблюдать?»
  4. Свободная деятельность детей.
  5. Возвращение в группу.
- В группе:**
1. Проводит курсив Доктор и проводит альбом о профессии врача.
  2. Рассматривание альбома, чтение стихов про врача.
  - Курсив Доктор осматривает детей, слушает, ставит диагноз и говорит, что детям необходимо делать.

## МЕТОДЫ

- Словесные
- Наглядные
- Практические
- Игровые

## ФОРМЫ РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ

- Интерактивные презентации, интерактивные доски, группы Вконтакте, социальные сети.
- Традиционные родительские собрания, родительские собрания, родительские вечера, родительские школы.
- Просветительские: использование СМИ, организация клуба "Здоровая семья", выпуск бюллетеней, информационных листов, устного журнала.
- Государственные общественные организации: родительский комитет группы "Мы за здоровый образ жизни".



При подготовке к шоуруку Курсив Доктор осматривает вымытые руки и лицо. Будет и проверка личной гигиены. Дети отвечают на задания вопросов.

**Вечерняя прогулка:**

Дети рассказывают маме и рассказывают о том, что делали в течение дня.

**НОД:**

1. Познавательное развитие «Правильный режим – залог здоровья».
- Цель: проследить формирование представлений о здоровье, как одной из основных ценностей.

**Ситуативная игра «Спорт – это здорово, сила, здоровье»:**

Цели:

- создавать радостное настроение и возможность совершенствовать двигательные умения в разных видах выполнения упражнений с мячом и скакалкой.
- воспитывать соревновательный дух, уверенность в себе, умение побеждать.
- способствовать формированию здорового образа жизни.

**Прогулка:**

Перед прогулкой Курсив Доктор беседует на тему «Как правильно одеваться на улицу в зимний период».

1. Наблюдения за погодой.
2. Ситуация: «Если случилась неприятность во время игры, что можно сделать?» - формировать связную речь – диалогичность, умение действовать по обстановке (принимать решение самостоятельно), уметь помочь другому или не допустить неприятностей.
3. Завершение НОД.
4. Свободная деятельность детей.
5. Сюжетно – ролевая игра «Моя жизнь – это здорово».
6. Индивидуальная работа – аппликация на вышивке.
7. Подвижные игры.
8. Трудовая деятельность – помочь маме очистить игровое оборудование от снега.

**Обед:**

Курсив Доктор рассказывает о витаминах, которые содержатся в блюдах.

**Сон:**

1. Курсив Доктор рассказывает о том, для чего нужен сон человеку.
2. Гимнастика после сна, закаливающие процедуры (плавки по дорожкам).
3. Игры напольной подвижности.

**Подвижки:**

1. Составить «Календарь спортивных дней».
- Цели: популяризировать физкультуру и спорт среди старших дошкольников.
2. Беседа о том, кто в семье занимается спортом.
3. Оздоровительный час с участием родителей. Подвижные игры, эстафеты.

**Вечерняя прогулка:**

Цели:

- 1. Беседа.
- 2. Как прошел сегодняшний день в детском саду?
- 3. Цель: уметь детей рассказать о своём дне, о своих впечатлениях, о том, что было интересного, о том, что было нового, о том, что было необычного, о том, что было интересного, о том, что было нового, о том, что было необычного.



## ВЫВОД

Успешное проведение Дня здоровья является результатом слаженной и организованной работы всего коллектива дошкольного учреждения в целом, объединившей персонал и детей образовательного учреждения.

Таким образом, воспитательские мероприятия по формированию здорового образа жизни являются важными и необходимыми для дошкольного образования и воспитания. Формирование здорового образа жизни является важными и необходимыми для дошкольного образования и воспитания. Формирование здорового образа жизни является важными и необходимыми для дошкольного образования и воспитания.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Белица В.К., Рязанова Т.С. Спортивные упражнения и развлечения. - М.: АРХИТ, 2002. - 314 с.
2. Копылова Н.Н., Рязанова Т.А., Савицкая М.М. Воспитание волевыми качествами в дошкольном учреждении. М.: Педагогический центр «Академия», 2002. - 198 с.
3. Рязанова Т.А. Движущие упражнения дошкольников в детском саду. М.: Педагогический центр «Академия», 2009. - 124 с.
4. Мухоморова М.В., Шаповалова Д.А. Физическая культура дошкольников. - М.: Ура, 2006. - 223 с.
5. Александрова Е.Ф. Спортивные упражнения в детском саду. - М.: АРХИТ, 2004. - 90 с.
6. Шаповалова Д.А. Спортивные упражнения дошкольников в детском саду. - М.: ООО ИД «Общая культура», 2002. - 94 с.



## РЕЖИМНЫЕ МОМЕНТЫ

### Утренний приём.

1. Зайди в группу через лабиринт (на пути ребенка создано препятствие: пролезть под дугу, пройти по «кочкам», перепрыгнуть через «пропасть» и т. п.).
2. Зарядка для ума — отгадывание загадок о частях суток.
3. Свободная деятельность детей.

### Утренняя прогулка

1. Валеологическая минутка «Будь здоров».
- Цель: дать детям положительный настрой на весь день.
2. Подвижные игры по желанию детей.
  3. Решение проблемной ситуации: «Что такое режим дня, и что будет, если его не соблюдать?»
  4. Свободная деятельность детей.

### В группе

1. Приходит кукла Доктор и приносит альбом о профессии врача.
  2. Рассмотрение альбома, чтение стихов про врача.
- Кукла Доктор осматривает детей, шутит, ставит «диагноз» и говорит, что детям необходима зарядка.

### Утренняя гимнастика.

1. Выполнение комплекса.
- При подготовке к завтраку кукла Доктор осматривает вымытые руки и лицо, беседует о правилах личной гигиены. Дети отвечают на заданные вопросы.

### Завтрак

Дежурные сообщают меню и рассказывают о пользе данных блюд для здоровья.

### НОД

1. Познавательное развитие «Правильный режим — залог здоровья».
- Цель: продолжать формировать представление о здоровье, как одной из основных ценностей.
2. Спортивный праздник «Спорт — это здоровье, сила, красота!»

### Цель:

- создавать радостное настроение и возможность совершенствовать двигательные умения и навыки при выполнении игровых заданий и эстафет;
- воспитывать соревновательный дух, уверенность в себе, волевые качества;
- способствовать формированию здорового образа жизни.

### Прогулка

Перед прогулкой кукла Доктор беседует на тему «Как правильно одеваться на улицу в зимний период»

1. Наблюдение за погодой.
2. Ситуация: «Если случилась неприятность во время игры, что нужно сделать» — формировать связную речь — доказательство, умение действовать по обстановке (принимать решение самостоятельно), уметь помочь другому или не допустить неприятностей.
3. Закрепление ОВД.
4. Свободная деятельность детей.
5. Сюжетно — ролевая игра «Магазин здоровой пищи».
6. Индивидуальная работа — скольжение на лыжах.
7. Подвижные игры.
8. Трудовая деятельность — поможем малышам очистить игровое оборудование от снега.

### Обед.

Кукла Доктор рассказывает о витаминах, которые содержатся в блюдах.

### Сон.

1. Кукла Доктор рассказывает о том, для чего нужен сон человеку.
2. Гимнастика после сна, закаливающие процедуры ( ходьба по дорожкам).
3. Игры малой подвижности.

### Подник.

1. Составить «Календарь спортивных дат».
- Цель: популяризация физкультуры и спорта среди старших дошкольников.
2. Беседа о том, кто в семье занимается спортом.
  3. оздоровительный час с участием родителей. Подвижные игры, эстафеты.

### Вечерняя прогулка

#### 1. Беседа.

«Как прошёл сегодняшний день в детском саду»

Цель: учить детей заботиться о своём здоровье, совершенствовать навыки пользования предметами личной гигиены; закрепить с детьми, какую пользу приносят солнце, воздух и вода, необходимость витаминов для человеческого организма; побуждать детей отвечать на вопросы. Развивать мышление, память.

#### 2. Свободная деятельность детей.

3. Кукла Доктор провожает детей домой и дает родителям буклеты с рекомендациями по формированию здорового образа жизни дошкольников.



## АКТУАЛЬНОСТЬ

*«Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя.  
От жизнеработности, бодрости детей зависит их духовная жизнь,  
мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы...»  
В.А. Сухомлинский*

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 здоровьесберегающими технологиями 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, выросли 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.

## ПРИМЕРНЫЕ ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ДНЯ ЗДОРОВЬЯ

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

**Задачи:**

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

## ВИДЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Двигательная

Игровая

Коммуникативная

Изобразительная

Музыкальная

Восприятие художественной литературы и фольклора

Познавательно - исследовательская

Конструирование из разного материала

Самообслуживание и элементарный бытовой труд

## МЕТОДЫ

Словесные

Наглядные

Практические

Игровые

## ФОРМЫ РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ

**Интерактивная:** анкетирование, интервьюирование, дискуссия, круглые столы, консультации специалистов

**Традиционная:** родительские собрания, семейные спортивные соревнования, вечера развлечений, акции

**Просветительская:** использование СМИ, организация клуба "Здоровая семья", выпуск бюллетеней, информационных листов, уголок в группах

**Государственно общественная:** создание творческой инициативной группы "Мы за здоровый образ жизни"

## **ВЫВОД**

Успешное проведение Дней здоровья является результатом слаженной и организованной работы всего коллектива дошкольного учреждения 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 сверстников. Такая работа с детьми дошкольного возраста ценна и тем, что создает условия для их эмоционально - психологического благополучия. Она оказывает большое влияние на развитие ума детей, воспитание у них 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. Мащенко 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
8. Кильпио Н.Н. 80 игр для детского сада. М.: 1973. 196с
9. Осокина Т.И., Тимофеева Е.А. Организация и проведение физкультурных праздников в детском дошкольном учреждении. – М.: Издательский центр «Академия», 1987. 197 с
10. Мащенко М. В., Шишкина В.А. Какая физкультура нужна дошкольнику? – Мн.: НМ Центр, 1998. 136 с