

Утверждаю:
Заведующий

Муниципального бюджетного
Дошкольного учреждения
«Детский сад №41
комбинированного вида»
Н.В. Дубровина
30 августа 2019г.



План мероприятий День здоровья

Детский сад № 41
6 сентября 2019 года

Цель: Приобщение детей и взрослых к здоровому образу жизни.
Создать радостное эмоциональное отношение.

Задачи:

Образовательные: создание условий для обобщения элементарных знаний детей о здоровом образе жизни. Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.

Развивающие: развивать физические качества. Развивать умения использовать элементарные знания для своего оздоровления.

Воспитательные: воспитывать доброжелательное отношение между сверстниками. Воспитание у детей устойчивого интереса к физкультурным занятиям, через игры, общеразвивающие и игровые упражнения.

Утренний прием

1. Зайти в группу необычным способом (например, преодолеть препятствия (пройти в воротики, перепрыгнуть предметы, пройти со взрослым в обруче, называть пословицы о здоровье) – по возрасту) – воспитатели групп.

2. Отгадывание загадок о здоровье и частях тела (средний и старший возраст) – воспитатели групп.

3. Свободная деятельность детей.

Утренняя гимнастика («Делайте зарядку, будете в порядке»)- инструктор по физической культуре.

Проведение УГ на воздухе (все возрастные группы) совместно со взрослыми (педагоги, родители)

Ритуальное приветствие.

-Зарядка всем полезна,

Зарядка всем нужна,

Здоровье, силу, радость

Приносит нам она!

Завтрак

Педагог сообщает меню и рассказывает о пользе данных блюд для здоровья.

НОД (непосредственно образовательная деятельность) – воспитатели групп, инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель по планированию.

1. Примерные темы. Познавательное занятие «Одежда человека», «Здоровое питание», «Распорядок дня», «Что полезно и вредно для здоровья», «Закаливание» (по возрастам)- воспитатели групп.

2. Проблемная ситуация на провокацию культурно-гигиенических навыков: «Я не буду мыть руки после прогулки, что произойдет?» (м/ф «Гигиена. Аркадий Паровозов») (средний, старший возраст)-воспитатели групп.

3. Физкультурные нетрадиционные занятия «Я такой» -игры «Кто я», «Умывалочка» (гигиена, части тела)-младший, средний возраст; «Органы чувств» - дыхательная гимнастика, упражнения на осанку и профилактику плоскостопия, основные движения, упражнение на координацию -старший возраст -инструктор по физической культуре.

4. Музыкальные занятия – музыка и песни о физкультуре, зож и спорте («Все спортом занимаются, «Трус не играет в хоккей», «Здоровый образ жизни», «Все утром умываются» и др. – музыкальный руководитель.

5. Сюжетно-ролевые игры «На приеме у врача», «Больница», «Аптека»- воспитатели групп.

Прогулка

1. Наблюдение за погодой и соответствие одежды детей по погоде.

2. Эксперимент: если человек оказался на необитаемом острове, то, как ему спрятаться от дождя?

3. Свободная деятельность детей.

4. Индивидуальная работа. Игровые упражнения в основных движениях («перепрыгни – не задень», «бросай – лови», «пробеги и возьми» и др.) – воспитатели групп.

5. Проведение инструктажа с детьми при оздоровительном беге и физкультурном празднике (Повторение правил поведения и техники безопасности)- воспитатели групп.

6. Оздоровительный бег совместно со взрослыми на территории детского сада. Бег в среднем темпе, дистанция по возрастам (до 90м младший и до 100м средний возраст, старший -200-300м)

7. Проведение физкультурного развлечения «Здоровье в наших руках» (аттракционы, игры-забавы, подвижные и музыкальные игры, эстафеты)- инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель.

Обед

Педагог сообщает меню, рассказывает о витаминах, которые содержатся в блюдах.

Дневной сон

Рассказ воспитателя о том, для чего нужен сон человеку.

После дневного сна педагог проводит гимнастику после сна (в кроватях), ходьба по «дорожке здоровья», бодрящая гимнастика (на ковре) под музыкальное сопровождение.

Полдник

1. Чтение художественной литературы вызывающей желание вести здоровый образ жизни (во всех возрастных группах, литература по возрасту) – воспитатели групп.

2. Беседа с детьми о том, кто занимается в семье спортом (старший возраст)

3. Рассматривание иллюстраций и беседа о видах спорта (старший возраст).

Вечерняя прогулка

1. Свободная двигательная деятельность детей.

2. Проведение с детьми и взрослыми народных подвижных игр (во всех возрастных группах, игры по возрасту).

Работа с родителями:

1.Информация на сайт детского сада

- Как приучить ребенка к чистоте?

-Безопасность при играх на площадке

-Какие игрушки необходимы детям?

-Роль игры в жизни ребенка раннего возраста.

-Мама, я сам!

-Правила поведения на спортивной площадке.

-Играйте вместе с детьми.

И другой материал, предложенный педагогами.

2. Привлечение родителей к обогащению предметно – развивающей среды в спортивно-музыкальном зале (мешочки с песком для метания и упражнений на осанку).

3.Участие родителей совместно с детьми на утренней гимнастике, в проведении игр и физкультурного развлечения на воздухе.