

Мастер-класс
«Организация дня здоровья по обеспечению преемственности
физического развития ДОО и начальной школы»

Трегубова Нина Петровна, старший воспитатель
детского сада «Дельфин» г. Нефтегорска
Федорченко Елена Юрьевна, старший воспитатель
детского сада «Дельфин» г. Нефтегорска
Лошкарева Анна Ивановна, инструктор по физической
культуре детского сада «Дельфин» г. Нефтегорска

Детский сад «Дельфин» г. Нефтегорска, это детский сад на 9 групп, вмещающий в себя 150 детей. Приоритетом в работе является патриотическое, коррекционное и оздоровительное направление. Оздоровительное направление у нас реализуется в рамках региональной опорной площадки, в 2024 году тема которой посвящена преемственности детского сада и начальной школы в физическом развитии детей в организации физкультурно-оздоровительной работы.

Одним из продуктов нашей деятельности является организация Дней здоровья.

Мы проводим 3 вида специфики Дня здоровья:

Сезонный день здоровья (зимой - биатлон, дуатлон, а летом дворовые игры),

«Туристический поход»,

«День здоровья спортивной направленности»,

в каждый день здоровья включаем разговоры о здоровье и правильном питании.

Уважаемые коллеги обратите внимание на слайд с циклограммой дня здоровья. Приоритетом в организации и проведении которого в нашем детском саду является активное участие родителей в различных его формах.

Сезонный День здоровья «Дворовые игры»

Период	Содержание	Взаимодействие с родителями
1 половина дня	Утренняя гимнастика «Бодрое утро». Диалог о важном «Формирование ценностей жизни и здоровья у дошкольников». Занятие в рамках реализации программы «Разговор о здоровье и правильном питании». Настольная игра домино «Игры нашего двора».	Экспресс опросник о соблюдении сбалансированного питания.

Прогулка	3 занятие по физической культуре на открытом воздухе «Игры нашего двора». Наблюдение «Как погода помогает в организации игр на улице» (направление ветра, температура воздуха, осадки и др.) Самостоятельные игры с выносным материалом (резиночки, скакалка, мячи, мелки). Индивидуальная работа: родители показывают и проигрывают с детьми любимые ими с детства игры. Труд – сбор выносного материала.	Лекторий «Здоровый я – сильная страна»
2 половина дня	Дидактическая игра: «Отгадай, кто я? Чем полезен я?». Игра малой подвижности «Колечко-колечко». Самостоятельные игры на свежем воздухе: «Резиночки», «Жмурки», прыжки на скакалках.	Транслирование видео ролика «Игры моего детства»

Практическая часть:

- Коллеги, мы хотим, чтобы вы попробовали составить День здоровья по нашему алгоритму работы, потому что он очень эффективный и это удобно. Нам нужны помощники 2 команды, в каждой по 2-3 человека.

Перед вами лежат 2 варианта нашего планирования Дней здоровья. Ваша задача исходя из цели Дня здоровья и режимом дня, подобрать формы работы с детьми и с родителями, придерживаясь тематической логики.

Мы вам даем 2 перфокарты Дня здоровья и 2 набора карточек с формами работы, упражнениями и игровыми заданиями, выберете и смоделируете из них День здоровья: вы по простейшему туризму, а вы по спортивным играм. У вас есть 2 -3 минуты для планирования. А потом ваша задача презентовать нам за 1 - 2 минутки разработанный День здоровья. Рассказать, что здесь у вас самого интересного, что отличает ваш день здоровья от других Дней здоровья. И одну игру или упражнение проиграйте с нами.

Пока педагоги составляют день здоровья мы презентуем игры созданные педагогами детского сада «Дельфин» г. Нефтегорска в 2024 году. Обратите внимание на слайд, вы можете скачать по куаркodu игры и описание к ним (ссылка на описание и фото игр <https://cloud.mail.ru/public/iK3s/taK2nXMWQ>):

Игры спортивной направленности:

Зарядка с «Веселыми человечками»

Лото «Подбери атрибут»

Игра-ходилка «Пройди испытания»

Игра «Составь карту»

Игры по здоровому питанию:

Дидактическая игра «Овощи, ягоды и фрукты – витаминные продукты»

Дидактическая игра: «Отгадай, кто я? Чем полезен я?»

Игра «Правильное питание»

Игра «Продуктовый магазин»

Обращение через 2-3 минуты к фокус-группе педагогов после того, как ни начали заполнять перфокарты:

- Я вижу, что коллеги готовы презентовать свои Дни здоровья. Давайте посмотрим, что у них получилось.

По 30 секунд или 1 минуте педагоги презентуют и проигрывают по 1 игре на выбор.

Проигрывают игры:

Игра-ходилка «Пройди испытания».

Игра для детей 5-7 лет, количество играющих 2-5 человек.

Цель: формирование интереса детей к физкультуре и спорту.

Правила игры.

Игра состоит из игрового поля, кубика, 2-5 фишек разного цвета, 14 карточек с заданиями.

Разверните игровое поле и положите его на горизонтальную ровную поверхность. Перемешайте и разложите карточки в кармашки-клетки, которые расположены на игровом поле. Поставьте свои фишки на **клетку-старт** и бросайте по очереди кубик. Передвигайте свои фишки по стрелкам на столько клеток, сколько очков окажется на верхней стороне кубика. Играющий должен перевернуть ту карточку, на которой остановилась фишка и выполнить задание, указанное на карточке. Победитель будем тот, кто сумеет первым поставить свою фишку на **клетку-финиш**.

Подвижная игра «Пустое место»

Дети образуют круг, встав друг за другом по часовой стрелке. Выбирают водящего, он бежит снаружи круга против часовой стрелки, дотрагивается до плеча одного из детей, тем самым подаёт сигнал. Вызванный выходит за круг и готовится. Все дети подают команду: «Раз, два, три, начни!». Дети бегут в противоположные стороны друг от друга и занимают пустое место. Тот, кто пришёл первый и занял пустое место, стал победителем, дети поздравляют с победой кричалкой: «ГТО - это Я! ГТО - это ты! ГТО - это будущее нашей страны!» Победитель назначает водящего и игра повторяется.

Малоподвижная игра «Зеваки»

Дети образуют круг и идут по кругу друг за другом, произносят слова:

«Непогода, непогода,

Не боимся мы тебя!

ГТО сдадим сегодня

Он, она и ты, и я!»

Только заканчивается текст, дети останавливаются, три раза хлопают в ладоши, поворачиваются на 180° и начинают движение в обратную сторону. Тот, кто совершил ошибку выходит из игры и выполняет спортивное упражнение (стоит на одной ноге 5 секунд, прыгает 5 раз через скакалку или 5 раз приседает).

Подвижная игра «Ловкий турист»

Поиграем в подвижную игру «Ловкий турист». Для этого встаем все в круг. Я даю двум детям, стоящим в разных местах два рюкзака. По сигналу вы

начинаете передавать рюкзак друг другу, по свистку остановка, тот у кого в руках окажется рюкзак быстро одевает рюкзак на плечи и поднять руки. По сигналу игра повторяется. (играем 3 раза)

Завершение:

Данный материал нами апробирован и доступен для скачивания, пользуйтесь с удовольствием. На его основе вам легко будет реализовывать ФОП ДО по физическому направлению.

На слайде будет куаркод с ссылкой на игры и циклограммы дня здоровья: <https://cloud.mail.ru/public/Mpj5/iot1LR4Pb>

Приложение – перфокарты

***Фокус группе выдаются чистые перфокарты в которых будут работать педагоги, распечатанные на А3 листах и заламинированные. Содержание педагоги заполняют предложенными карточками с формами работы для детей и родителей, придерживаясь тематической логики. По желанию педагоги могут предложить свою интересную форму работу по данной теме.

День здоровья «Туристический поход»

Период	Содержание	Взаимодействие с родителями
1 полови на дня		
Прогулка		
2 полови на дня		

«День здоровья спортивной направленности»

Период	Содержание	Взаимодействие с родителями
1 полови на дня		
Прогулка		
2 полови на дня		

Примеры с циклограммой дня здоровья.

День здоровья «Туристический поход»

Период	Содержание	Взаимодействие с родителями
1 половина дня	Утренняя гимнастика «Весёлые туристы» Занятие с детьми средних и старших групп «Поход - это здорово, круто, интересно» Обучающая игра «Уложим рюкзак»	Экспресс опросник «Активный отдых».
Прогулка	09.00 – 11.20 Туристический поход: Организованное начало Инструктаж. - Движение по маршруту. - Привал: физические нагрузки, игры, наблюдения. - Возвращение.	Совместный турпоход.
2 половина на дня	Игра-ходилка «Пройди испытания». Настольная игра «Продуктовый магазин» Подвижная игра «Ловкий турист»	Транслирование фото и видео отчёта «Наш поход».

«День здоровья спортивной направленности»

Период	Содержание	Взаимодействие с родителями
1 половина дня	Утренняя гимнастика «Старт даёт Москва» Занятие с детьми старшего возраста по физической культуре «Спортивный я – Сильная страна» Познавательное занятие «Виды спорта» Подвижная игра «Удочка» Малоподвижная игра «Зеваки»	Зарядка с «Веселыми человечками»
Прогулка	3 занятие по физической культуре на открытом воздухе для детей старшего дошкольного возраста по подготовке к выполнению норм ГТО 1 ступени. Межучережденческий турнир по мини-кегельбану.	Интерактивная экскурсия по мини - музею детского сада «Спорт в жизни людей».

2 половина дня	<p>Лото «Подбери атрибут»</p> <p>Игра «Составь карту»</p> <p>Подвижная игра «Пустое место»</p> <p>Малоподвижная игра «Как живешь и ГТО сдаешь?»</p>	Семейный фестиваль по спортивному ориентированию.
-------------------	---	---