

План проведения Дня здоровья Тема: «По маршруту здоровья»

Дата проведения: 5 апреля 2024 года

Цель: формирование интереса, эмоционально положительного отношения к здоровому образу жизни, укрепление физического и психического здоровья воспитанников.

Задачи:

- обогащать и углублять представления детей о том, как поддержать, укрепить и сохранить здоровье;
- обогащать представления детей о гигиенической культуре;
- развивать мотивацию к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей;
- обогащать двигательный опыт детей;
- заинтересовать родителей в сотрудничестве с учреждением дошкольного образования по сохранению, укреплению здоровья детей.

Утро. Приём детей. 7.30 – 8.15

Станция «Весёлая разминка»

В коридоре учреждения (1 этаж) всех встречает руководитель физвоспитания. Приглашает пройти через полосу препятствий (перешагивание через гимнастические палки, прыжки из обруча в обруч, бег «змейкой» между кеглями). Веселая разминка сопровождается музыкой.

Ответственный: руководитель физвоспитания

Станция «Утренняя гимнастика». 8.00 – 8.45

(музыкальный зал)

Ответственный: руководитель физвоспитания

Утренняя гимнастика для педагогов «Весёлый воспитатель» 8.50 – 9.00

(музыкальный зал)

*Ответственные: руководитель физвоспитания,
педагог-психолог*

Завтрак. 8.30 – 9.00

Станция «Чистые руки»

Перед завтраком проводится беседа с детьми «Чистые руки».

Ответственные: воспитатели дошкольного образования,

1 половина дня. «Марафон по станциям здоровья» (согласно графику).

Станция «Дружная» (игровая комната)

Проводятся коммуникативные игры с детьми.

Ответственный: педагог-психолог

Станция «В стране правильной речи» (ПКПП)

Проводятся упражнения артикуляционной гимнастики, дыхательной гимнастики.

Ответственный: учитель-дефектолог

Станция «Эстафетная»

В музыкально-спортивном зале проводятся эстафеты.

Ответственный: руководители физвоспитания

Станция «Музыкальная»

В музыкально-спортивном зале организуется выполнение коллективных танцевально-ритмических упражнений под музыку.

Ответственный: музыкальный руководитель

График проведения «Марафона по станциям здоровья»

Станции Группы	Музыкально- спортивный зал	Игровая комната	ПКПП
Старшая №1	9.15-9.30	10.00-10.10	9.35-9.45
Средняя №2	9.30-9.45	9.50-10.00	10.10-10.20
Средняя №3	9.45-10.00	9.15-9.25	10.20-10.30
Санаторная старшая №4	10.00-10.15	9.40-9.50	9.20-9.30
2-я младшая №5	10.15-10.30	10.35-10.45	10.00-10.10
2-я младшая №6	10.30-10.45	10.15-10.25	9.50-10.00

Прогулка 10.30 – 12.30

Станция «Марафонная»

Дети бегут кросс вокруг здания; малыши идут весь маршрут.

Проводятся подвижные игры на игровых участках.

Ответственные: воспитатели дошкольного образования

Обед 12.30 – 13.00

Станция «Чистые тарелки»

Проводятся беседы о полезной пище, о правилах поведения за столом, о культуре питания.

Ответственные: воспитатели дошкольного образования

Сон 13.00 – 15.00

Станция «Волшебных снов»

Укладывание спать детей под исполнение колыбельной. После сна постепенный подъём, ходьба по «дорожке здоровья».

Ответственные: воспитатели дошкольного образования

Занятие для педагогов «Учимся заботиться о себе»

Ответственный: педагог-психолог

Вторая половина дня 16.00 – 17.00

Станция «Конкурсная»

Проводятся мини-конкурсы:

- рисунок «Я и физкультура» (группы №1, №4);
- «Конкурс знаек» (дидактические игры серии «Мир детства»: «В мире движений»);
- «Спортивная игралочка» (игры с оборудованием уголка двигательной активности).

Ответственные: воспитатели дошкольного образования

Работа с родителями

Станция «Семейный рецепт здорового образа жизни»

Родители делятся советами по здоровому образу жизни своей семьи. Советы записываются на «лучиках-ладошках» и оформляются в виде «Солнышка».

Ответственные: воспитатели дошкольного образования

Вторая прогулка

Проводятся подвижные игры (совместно с родителями воспитанников).

Ответственные: воспитатели дошкольного образования

Уход детей домой