

Методичні рекомендації щодо організації Днів здоров'я в дошкільному закладі

Фізкультурно-оздоровча робота з дітьми посідає основне місце в освітній діяльності дошкільного закладу. В системі різнобічних оздоровчих заходів та форм фізичної активності, одне з перших місць посідають Дні здоров'я. Вони акумулюють у собі найцікавіші та найефективніші форми роботи з фізичного виховання, які педагоги проводять протягом місяця, і покликані розширювати знання дітей та їхніх батьків про фізкультуру та спортом, прищепити їм смак до здорового способу життя.

У здоровому тілі – здоровий дух

Гаслом усієї фізкультурно-оздоровчої роботи в дошкільному закладі повинно бути “У здоровому тілі – здоровий дух”. Тож, дбаючи про фізичне здоров'я наших вихованців, не можна забувати і про їхній емоційний стан, психологічний комфорт. **Традиційні форми** фізкультурно-оздоровчої роботи випробувані часом і в системі обов'язково забезпечують очікуваний результат. Проте такі **нетрадиційні** форми оздоровчої роботи, як співи, ранкове споглядання сонця та хвилинки милування іншими об'єктами природи, фітбол-гімнастика, степ-аеробіка, скіпінг, стретчинг та інші, більше спрямовані на забезпечення психологічного та емоційного комфорту дошкільників. Такі форми роботи навчають дітей отримувати радість від спілкування з природою, відчувати вправність свого тіла, життєві ритми, відображені в музиці, голосових вібраціях, рухах.

Спортивно-масові заходи, які можна організувати в дошкільному закладі, мають на меті ще й активно залучати батьків до спільного з дитиною спортивного життя. Вже набули популярності серед батьків вихованців різного віку фізкультурні свята й розваги. Годі й казати, із яким задоволенням діти беруть участь у командних змаганнях та естафетах за участю членів їхніх родин.

Набувши змагального досвіду під час фізкультурно-оздоровчих заходів на рівні дошкільного закладу, вихованці з успіхом можуть брати участь у змаганнях під час “Малих Олімпійських ігор”.

Завдання та організація Днів здоров'я

Фізична підготовленість вихованців та спортивний дух, який є запорукою перемоги у будь-яких змаганнях, формуємо в дітей поступово. Обов'язковою умовою ефективності цього процесу є систематичність і послідовність.

Система фізкультурно-оздоровчої роботи передбачає певну циклічність як щодо освоєння основних рухів, так і щодо збагачення валеологічних знань. А День здоров'я є саме тим заходом, що дає змогу закріпити в дітей набуті за місяць знання та навички і продовжити роботу на новому якісному рівні.

Тож День здоров'я – це:

- спортивно-масовий захід, який створює умови для активної рухової діяльності дітей і дає змогу промоніторити їхні досягнення;
- день відпочинку, ігор і розваг;
- свято фізкультури і спорту для всіх учасників освітнього процесу – педагогів, батьків та, насамперед, дітей;
- цікава форма організації рухової активності дітей, за якої вони можуть продемонструвати раніше засвоєні рухові навички й знання про здоров'я.

Влаштуваючи Дні здоров'я, треба прагнути на тлі високого емоційного підйому й радісного настрою сформувати в дітей **потребу піклуватися про власне здоров'я**, спонукати їх щоденно займатися фізичними вправами й активно відпочивати.

У межах проведення Днів здоров'я можна здійснювати:

- рекламно-представницьку діяльність, завдання якої – залучати батьків до фізкультурно-оздоровчої роботи, зокрема: ознайомлювати їх із традиційними і нетрадиційними методами оздоровлення, заохочувати до участі у спортивно масових заходах і спільного активного відпочинку з дітьми;
 - пропагувати здоровий спосіб життя в інформаційних буклетах, під час тренінгів, лекцій, майстер-класів;
 - продемонструвати вміння дітей брати участь у змаганнях, спортивних іграх і масових заходах;
 - ознайомити з якістю медичного обслуговування в дошкільному закладі, ведення карток здоров'я, різноманітність страв меню тощо;
- здійснити моніторинг якості фізкультурно-оздоровчої роботи, який дає змогу – перевірити валеологічні знання дітей;
 - оцінити рівень засвоєння основних рухів під час різних форм активної рухової діяльності;
 - діагностувати рівень сформованості здоров'язбережувальної компетенції.

Дні здоров'я ми доцільно проводити в останній робочий день місяця протягом усього навчального року (четвер). У ці дні скасовуємо всі заняття, окрім фізкультурних і музичних, а до участі залучаємо всіх учасників освітнього процесу.

Двічі на рік у День здоров'я доцільно проводити День відкритих дверей. Така форма роботи дає змогу педагогам продемонструвати батькам зрослі можливості дітей, ознайомити з тими комплексами вправ, зокрема з елементами ЗРВ, основних рухів, які батьки можуть виконувати спільно з дітьми. Саме Дні відкритих дверей якнайліпше сприяють формуванню довірчих, партнерських стосунків педагогів з батьками.

Коллективні зусилля педагогів як засіб подолання інертності

Для того, щоб ефективно реалізувати завдання Дня здоров'я, важливо об'єднати зусилля всіх педагогічних і медичних працівників. **Тому напередодні нового навчального року можна створити в дошкільному закладі творчу групу.** До її складу входять завідувач, вихователь-методист,

старші медичні сестри, інструктор з фізкультури, практичний психолог і вихователі. Члени творчої групи досліджують сучасні тенденції розвитку дошкільної освіти, зокрема інноваційні форми фізкультурно-оздоровчої роботи з дошкільниками. Відтак планують тематику й розробляють заходи до тематичних днів здоров'я, визначають відповідальних за їх проведення.

Як свідчить досвід, успішному проведенню днів здоров'я сприяє, насамперед, злагоджена робота усього педагогічного колективу, коли кожен фахівець вносить свою часточку творчості в загальну ідею.

Про забезпечення матеріальної бази дбає адміністрація дошкільного закладу (оснащення фізкультурної зали, спортивного майданчика).

Керівник дошкільного закладу спільно з сестрою медичною організовують і контролюють процес харчування й медичного обслуговування дітей. Разом з вихователем-методистом забезпечують медико-педагогічний контроль фізкультурно-оздоровчих заходів, які влаштовують педагоги чи інструктор з фізичної культури з дітьми.

Вихователь-методист повсякчас піклується про підвищення фахової майстерності педагогів – ознайомлює їх із інструктивно-методичними документами та новинками фахової літератури, перспективним досвідом колег. Активний методичний супровід допомагає подолати інертність педагогічної думки, стимулює продукування оригінальних цікавих ідей щодо організації майбутніх заходів.

Сестри медичні старші в День здоров'я ретельно оглядають дітей, проводять антропометричні вимірювання (раз на квартал), консультації для педагогів та батьків щодо профілактики й раннього виявлення захворювання. Такі зустрічі збагачують знання батьків щодо урізноманітнення дитячого меню у вихідні – можна презентувати їм рецепти смачних і корисних оригінальних страв; спонукають вести здоровий спосіб життя і бути взірцем для наслідування дітьми.

Особливо насиченою у День здоров'я є діяльність інструкторів з фізкультури. Саме вони проводять усі фізкультурно-масові заходи та значну частину просвітницьких. Найефективнішими і найцікавішими для дошкільних є організовані інструкторами з фізкультури свята і розваги. Під час спортивних вправ, естафет, змагань, казкових подорожей діти закріплюють набуті знання та навички і вчать піклуватися про здоров'я – своє та близьких людей.

Прогулянки в цей день також відбуваються під пильним супроводом інструкторів з фізкультури. Педагоги створюють усі умови, щоб прогулянка була насичена підвищеною руховою активністю дітей, зокрема різноманітними рухливими та спортивними іграми і вправами. У ці дні зазвичай проводять туристичні походи, екскурсії на стадіон, до найближчого спортивного майданчика, спортивної школи тощо.

Організація Дня здоров'я дає змогу інструктору з фізкультури продемонструвати адміністрації і батькам усі досягнення вихованців за минулий місяць. У природніх умовах під час ігор і самостійної рухової

діяльності діти виконують основні рухи, виявляють фізичні якості та риси характеру.

Крім роботи з дітьми, інструктор з фізкультури проводить заходи й для дорослих. Це, зокрема, **майстер-класи для педагогів та батьків**, завдяки яким дорослі легко засвоюють прийоми навчання дітей елементів різних видів спорту й ознайомлюються із сучасними оздоровчими технологіями, навчаються різним прийомам страхування.

Тісно співпрацюють з вихователями та інструктором з фізкультури й музичні керівники, зокрема вони:

- забезпечують музичний супровід масових заходів;
- готують сюрпризні моменти за участю казкових персонажів;
- створюють декорації та забезпечують необхідні атрибути й елементи костюмів.

Активно можуть взаємодіяти з педагогами й батьками під час Днів здоров'я вчитель-логопед і практичний психолог.

Учитель-логопед проводить індивідуальні консультації для батьків, під час яких обговорює **результати обстеження мовленнєвого розвитку** дітей. Своєю чергою практичний психолог консультиє батьків на такі теми: "Причини дитячого непослуху", "Вплив емоції на здоров'я" тощо.

Для педагогів учитель-логопед проводить **практикум** з навчання дітей артикуляційних вправ, з логоритміки, а практичний психолог – **тренінги з тем:** "Профілактика синдрому емоційного вигорання", "Скажи "Ні!" шкідливим звичкам!".

Відповідальна роль у проведенні Днів здоров'я відведена вихователям груп. Вони спільно з членами творчої групи розробляють план кожного Дня здоров'я і вносять його в календарно-тематичне планування. Педагоги розміщують у батьківських куточках відповідну інформацію, пам'ятки, проводять консультації. Саме вихователі відповідають за підготовку до майбутнього свята дітей та їхніх батьків. Вони залучають сім'ї до участі в спільних заходах – конкурсах, вікторинах, шоу, оздоровчих годинах, розвагах на повітрі, спортивних родинних святах.

День здоров'я – це спортивно-масовий захід, який створює святковий настрій, дарує позитивні емоції, пробуджує інтерес до фізкультури й спорту в усіх учасників освітнього процесу, об'єднує дорослих і дітей спільною метою – бути здоровими. При цьому якісний результат в організації й проведенні заходу може гарантувати лише чітко спланована, системна і послідовна робота всього педагогічного колективу дошкільного закладу.

Вихователь-методист:

Галина Безділь