



ПОДГОТОВИЛА:
Костылева М.В., инструктор
по физическому воспитанию
МДОАУ «Детский сад № 96 г. Орск»

ПАСПОРТ СОЦИАЛЬНОЙ АКЦИИ «НА ЗАРЯДКУ СТАНОВИСЬ!»

Обоснование проблемы. Соблюдение режима дня, здоровое питание, закаливание, регулярные физические нагрузки — это основные признаки здорового образа жизни. Уже в дошкольном возрасте необходимо воспитывать у детей привычку начинать день с утренней зарядки. Главным методом обучения в этом вопросе является пример взрослых, особенно родителей. Акцию «На зарядку становись!» можно приурочить к Всемирному дню здоровья (7 апреля). Впрочем, её можно проводить и несколько раз в год. Физкультурная зарядка вместе с родителями может стать ещё одной хорошей традицией в детском саду.

Целевая установка. Повышать ценность здорового образа жизни в глазах детей и взрослых. Привлекать родителей к формированию у детей навыков здорового образа жизни, грамотного представления о здоровье.

Социальные партнёры. Семьи воспитанников, дети других групп ДОО, тренеры спортивных школ, спортсмены.

Материалы и оборудование. Музыкальное сопровождение для проведения общей утренней зарядки. Спортивная одежда и обувь для участников акции (по договорённости). Материалы для творческой мастерской (краски, кисти, пластилин).

АЛГОРИТМ ПРОВЕДЕНИЯ АКЦИИ

Беседы с детьми о здоровом образе жизни, пользе движений, правильном питании, ежедневных гигиенических процедурах и т.д.

Вопросы для обсуждения: Какие виды спорта вы знаете? Какие вредные (полезные) продукты вам известны? Какие существуют средства закаливания? Как часто нужно чистить зубы?

Консультации для родителей: «Утренняя зарядка в режиме дня ребёнка», «Содержание утренней зарядки», «Варианты утренней зарядки», «Польза утренней зарядки».

Мастер-класс для родителей «На зарядку становись!». Альтернативой мастер-классу может быть рассылка родителям воспитанников комплекса упражнений общей гимнастики или размещение в социальных сетях видеоролика с показом этих упражнений.

Ознакомление детей с общеразвивающими упражнениями, которые используются в утренней гимнастике, физкультурных занятиях, динамических паузах, физкультурных минутках.

Спортивный онлайн-марафон «Зарядка в выходной». Родители размещают в социальных сетях фотографии, на которых дети вместе с ними выполняют утреннюю зарядку в выходной день. Упражнения можно выполнять в домашних условиях или на свежем воздухе.

Размещение анонса о проведении акции «На зарядку становись!» в социальных сетях и на сайте детского сада.

Творческая мастерская на тему «На зарядке!». В рисовании и лепке дети стараются изобразить фигуры людей в движении.

Оформление выставки «На зарядке!» с использованием детских рисунков и поделок из пластилина.

Оформление выставки «Наша зарядка» на основе семейных фотографий.

Флэш-моб «На зарядку становись!». Родители и дети в спортивной форме фотографируются на фоне баннера «На зарядку становись!». Далее фотографии размещают в социальных сетях.

Кульминационное событие акции. Организовать общую коллективную зарядку детей и взрослых. В назначенное время, как правило до завтрака, участники акции собираются на спортивной площадке детского сада. Освещать акцию в сети Интернет в самых разнообразных формах, например, вести трансляцию в режиме реального времени, составить фотоотчёт, снять видеосюжет, написать статью для размещения в социальных сетях.

ПРАКТИЧЕСКИЙ МАТЕРИАЛ ПО ОРГАНИЗАЦИИ АКЦИИ

Как провести акцию «На зарядку становись!». Упражнения для зарядки должны быть несложными, динамичными. Для их выполнения не требуется специальное оборудование. Длительность зарядки составляет в среднем около 5 минут. Необходимо заранее определить место для проведения зарядки, информировать родителей и детей о необходимости принести удобную одежду и обувь, продумать, каким будет музыкальное сопровождение, кто будет выступать в роли комментатора акции, какой будет речёвка или слоган, которые все участники акции произносят вместе (например, «Здоровье в порядке спасибо зарядке!» или «Мы выбираем здоровье!»).

Варианты проведения зарядки могут быть разными: традиционный, беговой, танцевальный, «полоса препятствий» и др. (см. подробнее: С.Б. Шарманова «На зарядку солнышко поднимает нас! Утренняя зарядка в группах раннего и младшего возраста», «Русское слово», 2019; «На зарядку встали дети! Утренняя зарядка в средней группе 4-5 лет», «Русское слово», 2020). Для проведения общей зарядки можно пригласить тренера спортивной школы, родителей воспитанников, занимающихся спортом профессионально или на любительском уровне. В младшей группе утреннюю зарядку с малышами может провести ребёнок старшего дошкольного возраста.

Вариантами проведения акций по формированию у детей навыков здорового образа жизни могут быть акции, направленные на популяризацию спортивных (футбол, бадминтон, хоккей, настольный теннис, городки и др.) и дворовых («Классики», «Краски», «Путаница», «Салки», «Чай-чай, выручай!») игр. Частично данный материал описан в пособии: Белая К.Ю., Каралашвили Е.А., Павлова Л.И. «Тематические прогулки с дошкольниками», серия «Картотека воспитателя» («Русское слово», 2019).

А знаете ли вы, что... 7 апреля 1948 года была создана Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ).

Материал подготовлен на основе
учебно-методического издания
«Социальные акции в детском саду»,

авторы Беляя К.Ю., Каралашвили Е.А.,
Павлова Л.И., ООО «Русское слово», 2022 г.)