

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка – детский сад № 73» города Ставрополя

СПОРТИВНО-ИГРОВАЯ ПРОГРАММА
«ЗДОРОВЫ, ВЕСЕЛЫ, ДРУЖНЫ ПЕДАГОГИ ДЕТСКОГО САДА 73!»
(АПРЕЛЬ 2024)

Воспитатель Физо: Здравствуйте, уважаемые коллеги! Сегодня мы с вами собрались, чтобы отпраздновать Всемирный день здоровья, который традиционно отмечается 7 апреля, однако каждый год его тема меняется. В этом году тема Дня здоровья-«Мое здоровье, мое право». Этот девиз напоминает о том, что право на здоровье-одно из базовых прав человека.

Любой житель Земли должен иметь возможность вести здоровую жизнь, невзирая на национальность, пол или возраст. В мире не существует ничего ценнее здоровья. Охрана здоровья граждан – это из основных задач нашего государства. В связи с чем был разработан и реализуется в настоящее время национальный проект «Здравоохранение».

Национальные цели:

- Обеспечение устойчивого развития численности населения Российской Федерации.
- Повышение ожидаемой продолжительности жизни до 78 лет к 2024 году и до 80 лет к 2030 году.

Цели национального проекта РФ «Здравоохранение»:

- Снижение смертности населения трудоспособного возраста.
- Снижение смертности от болезней системы кровообращения.
- Снижение смертности от новообразований.
- Снижение младенческой смертности.
- Ликвидация кадрового дефицита в медицинских организациях.
- Обеспечение охвата всех граждан профилактическими медицинскими осмотрами не реже одного раза в год.
- Обеспечение оптимальной доступности для населения медицинских организаций.
- Оптимизация работы медицинских организаций, оказывающих первичную медико-санитарную помощь.
- Сокращение времени ожидания в очереди.
- Упрощение записи на приём к врачу.
- Увеличение объёма экспорта медицинских услуг.

Но всё же здоровье человека, в первую очередь, зависит от него самого. Здоровый образ жизни, своевременная профилактика, доброе отношение к себе и окружающим – помогает сохранить здоровье и долголетие, предотвратить многие заболевания. Каждый человек имеет право на режим дня, сбалансированное питание, двигательную активность. Основной и самой важной составляющей здоровья ВОЗ назвала постоянную физическую активность. И следуя её рекомендациям, предлагаю и нам с вами немного подвигаться.

*Музыкально-спортивная разминка с султанчиками «Утренняя гимнастика»
Флешмоб «Улыбайся»*

Физическая активность - это любой вид движения: спорт, пешие прогулки на свежем воздухе, танцы, катание на велосипеде, подвижные игры и спортивные игры. Сегодня предлагаю вспомнить подвижную игру с мячом, которая зародилась в СССР в 1930-х годах и предназначалась прежде всего для детей школьного возраста (пионеров). Кто догадался что это за игра? Конечно, это Пионерболл.

Правила игры очень просты:

- Игра ведётся с волейбольным мячом на волейбольной площадке. В каждой команде обычно по 6 человек.
- Площадка по количеству игроков условно разделена на 6 зон.
- Игрок задней линии, находясь в пределах площадки в дальнем правом углу, делает бросок через сетку на половину поля команды противника.
- Один из игроков противоположной команды должен поймать мяч и, сделав не более трёх шагов или одной передачи мяча и двух шагов на своей половине площадки, перебросить его через сетку обратно на половину поля первой команды.
- Один из игроков первой команды также должен поймать мяч и, сделав не более трёх шагов или одной передачи мяча и двух шагов, перебросить его на половину поля команды соперника.
- И так далее до тех пор, пока мяч не упадёт на землю — тогда бросившей мяч команде засчитывается одно очко.
- Мяч считается проигранным принимающей командой, а подающая команда теряет подачу, если:
 - мяч коснулся площадки;
 - игрок сделал более трёх шагов с мячом в атаке;
 - игрок прикоснулся к сетке;
 - игрок прикоснулся к мячу два раза подряд;
 - игрок перешёл через среднюю линию;
 - мяч перелетел над сеткой, но приземлился за линиями, ограничивающими площадку;
 - мяч перелетел под сеткой или коснулся предметов, находящихся вне пределов площадки.

Как и в волейболе, игроки перемещаются по площадке в следующую зону по часовой стрелке после выигрыша подачи.

Участники делятся на команды, проводятся короткие матчи по пионерболлу. Прыжки в длину, челночный бег.