

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 131»
(МАДОУ «Детский сад № 131»)

Семейный клуб «Истоки русской народной культуры»

Тема: «Процесс формирования и становления культуры здорового образа жизни в России»

Воспитатели:

Бенько Любовь Александровна

Черникова Юлия Викторовна

Инструктор по физической культуре:

Войтенко Надежда Сергеевна



Цель клуба:

Познакомить детей и родителей с процессом формирования здорового образа жизни в России.



Задачи клуба:

Для детей:

Образовательные:

- Развивать познавательный интерес дошкольников к изучению истории здорового образа жизни России.
- Рассказать детям об основных основополагающих элементах здорового образа жизни на Руси.
- Углубить знания детей по данной тематике.

Развивающие:

- Развивать коммуникативные взаимоотношения со сверстниками.

Воспитательные:

- Поддерживать соответствующую атмосферу в дни проведения Недели здоровья в ДОУ

Для педагогов:

- Повысить уровень компетентности педагогов по данной тематике.
- Применить новые методы взаимодействия с семьями воспитанников.
- Поддерживать диалог с семьями воспитанников в целях дальнейшего конструктивного сотрудничества.

Для родителей:

- Увеличить степень участия родителей воспитанников в деятельность ДОУ, как активных субъектов.
- Повысить психолого-педагогическую компетенцию родителей.

История зарождения здорового образа жизни на Руси

Здравствуйтесь, вы
проходите,
И немного посидите.
И послушайте вы нас.
Мы расскажем вам
сейчас, -
Про здоровый образ
жизни,
Про историю страны,
Как же жили наши
предки,
Посмотрим с разной
стороны.



История зарождения здорового образа жизни на Руси

Веками люди всей Руси
Попариться любили знатно.
И про «немытую» Россию
Слова поэта непонятны.
Исконно чистоты оплот,
Была известна БАНЯ предкам.
Любил быть чистым наш народ.
И до сих пор она не редкость
Первейший метод чистоты,
И первый ЗОЖ оплот назвали!
И предлагаем вам сейчас
Размяться, чтоб вы не устали!

Физкульт минутка “Баня”

Слова	Действия
Вот так баня, пар целебный	Руки в стороны
ИзлечИт от ста болезней	Гладим себя по голове
Дружно веники возьмем, Парить мы себя начнем	Похлопываем руками по плечам
Ну-ка раз, и ну-ка два	Похлопываем себя по коленкам
Пару нам поддать пора	Дуем
Вместе с теплою водичкой	Отряхиваемся
Смоем грязь мы с тела, с личика	Умываемся
Мы помылись, улыбнулись	Улыбаемся
И на место все вернулись	Садимся на места



История зарождения здорового образа жизни на Руси

Помывшись в бане, отдыхали.
Про ЗОЖ, конечно, не слыхали.
Но были умными всегда.
И вот пример, - через года
Всегда же предки наши знали,
Что нужно с детства закалятся.
И пожевав немного каши,
Шли водою обливаться
Христианство тоже помогло, -
Мы стали думать, как нам кушать, -
Обжорство, бражничество — зло, -
Умеренность в пище — лучше.

Перетягивание каната

Про физкультуру в те года,
Конечно, люди не знавали.
Но были сильными всегда, -
В боях исправно побеждали.
А дело в том, что на Руси,
Шли регулярно тренировки.
И все мужи, и парни тоже,
Были быстры, здоровы ловки.

Конечно, мы уже не те,
Спортзал нам в помощь, фитнес тоже.
Но мы, сильны всегда, везде.
И если нужно, то поможем.
И меткость глаз, и ловкость рук
Пришла к нам из веков как данность.
Ну вот проверим мы сейчас,
Используем мы силу малость



История зарождения здорового образа жизни в Российской империи

История идет вперед
Уж век Екатерины новый
И стали думать и гадать
Как матери с младенцем
помогать.
И были приняты указы...
Физ воспитание стали
поднимать,
Конечно, было принято людьми
не сразу,
Но ведь с чего-то надо
начинать!
И кстати, стоит здесь сказать,
Что пьянство предки не любили.
Любили праздник отмечать.
И хороводы все водили.



Хоровод



Советский период

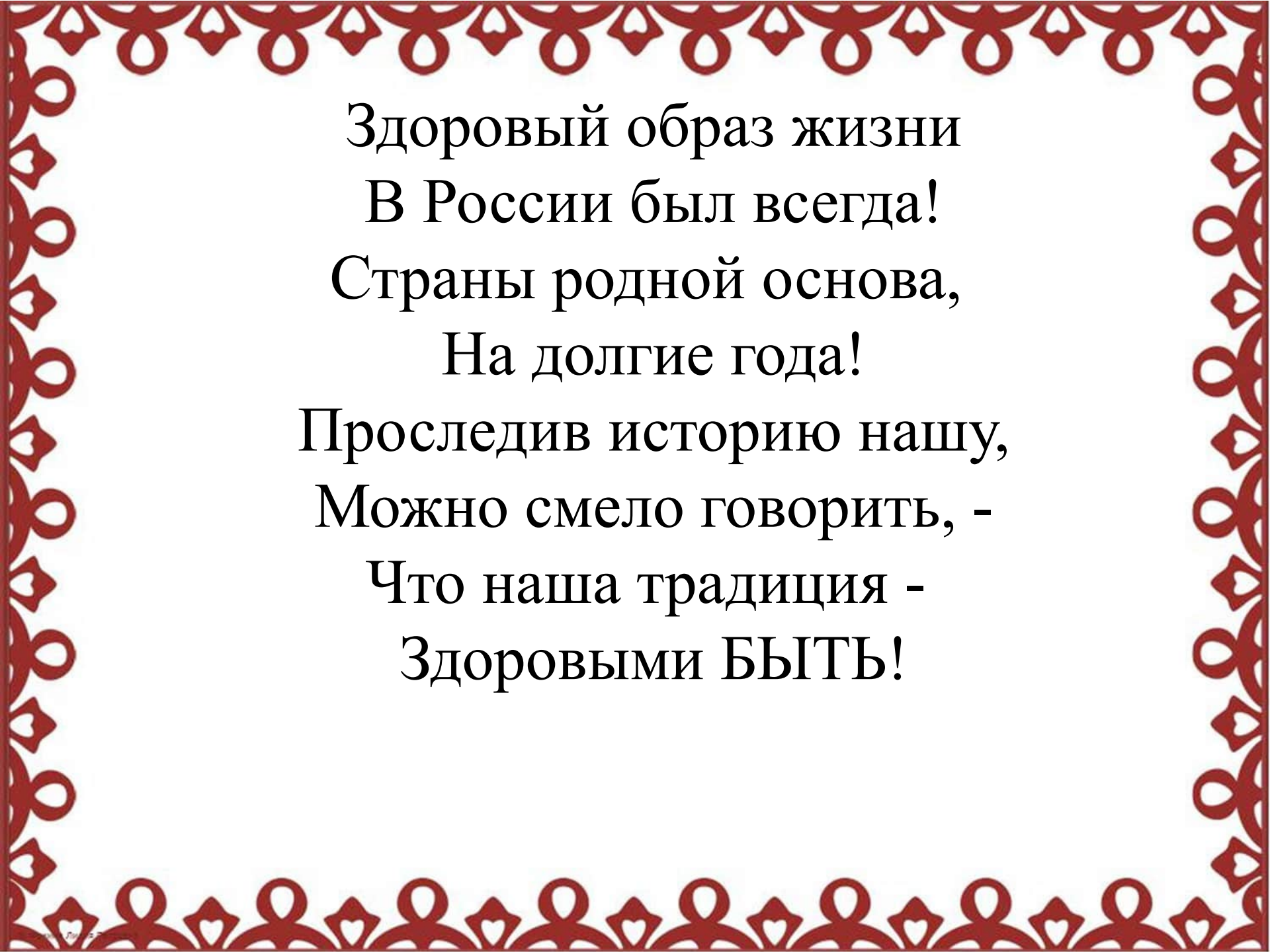
Вот век XX настает
Страна Советов - все вперед
Здорова наш детвора,
И физкультуре здесь — УРА.
И закаляться для здоровья,
Чтоб не было болезни, хвори.
И медицина развивается,
Страна от кори прививается.
И в стороне нет никого
Введены нормы ГТО,
И вы наши милые родители
Нормы ГТО пройти не хотите ли?

Эстафета: “Переправа”



Эстафета: “Попади в цель”





Здоровый образ жизни
В России был всегда!
Страны родной основа,
На долгие года!

Проследив историю нашу,
Можно смело говорить, -
Что наша традиция -
Здоровыми БЫТЬ!

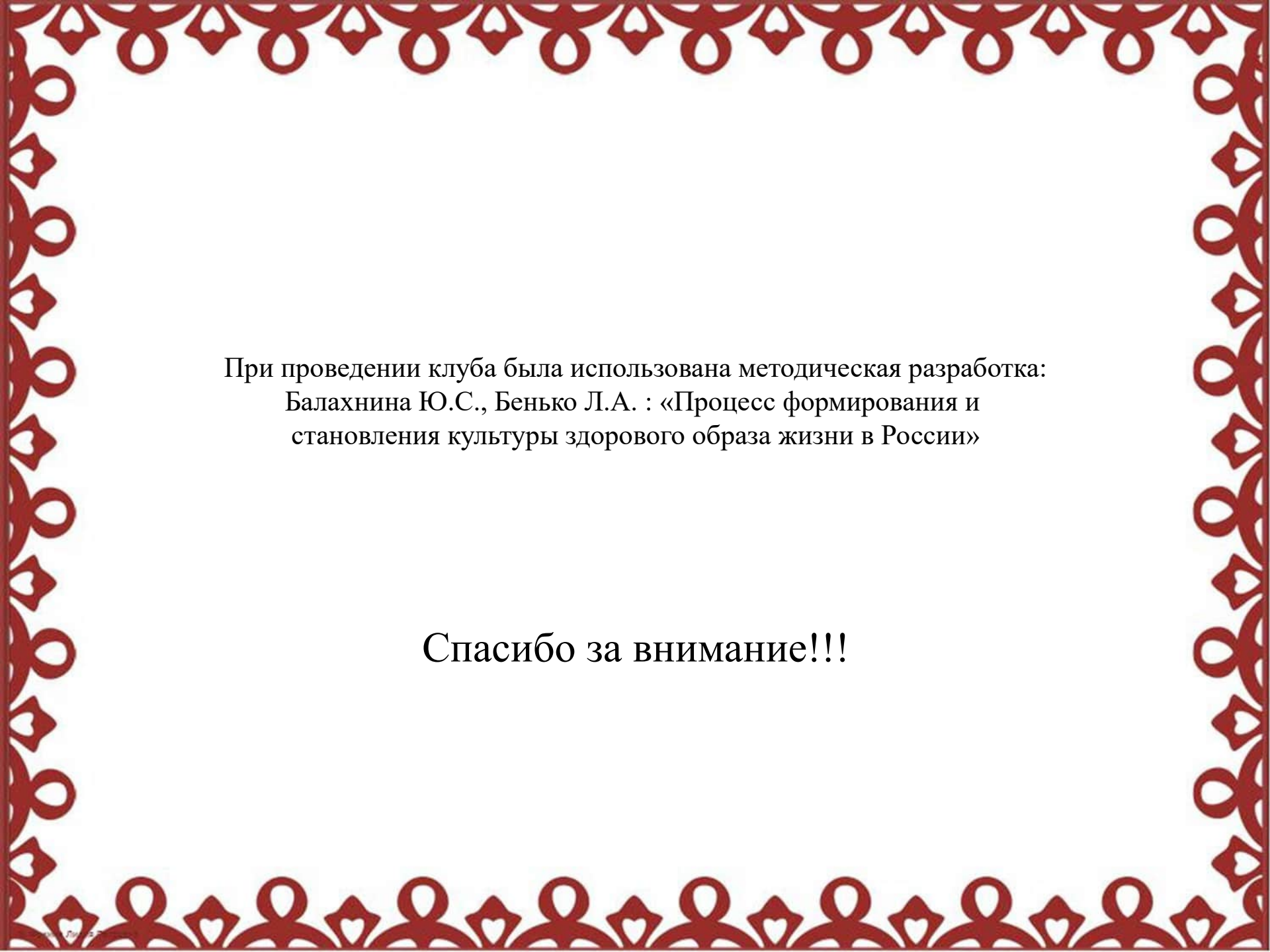


Советский период

Система физической подготовки ГТО существовала в СССР с 1931 по 1991г.

Высшая школа ГТО





При проведении клуба была использована методическая разработка:
Балахнина Ю.С., Бенько Л.А. : «Процесс формирования и становления культуры здорового образа жизни в России»

Спасибо за внимание!!!