



Воспитание здоровой, физически развитой личности, формирование основ знаний и привычек здорового образа жизни – первоочередная задача нашего детского сада, где главной целью является необходимость научить ребёнка с раннего детства разумно относиться к своему здоровью, заниматься физической культурой, закалять свой организм, рационально питаться и жить в согласии с природой.

7 апреля – Всемирный День здоровья, который ежегодно проводится и в нашем детском саду. К проведению этого дня мы, дошколята группы №9 4-5 лет «Умняшки», педагоги Фарленкова Г. А. и Земова Л. В. готовились заранее: разработали и успешно реализовали тематический план мероприятий, направленных на укрепление здоровья детей.

Утром Любовь Владимировна провела шуточную, весёлую зарядку, которая способствовала не только укреплению мышц и связок, но и эмоциональному развитию детей.

Галина Александровна провела занятие – эксперимент «Кто такие вирусы и микробы?». Дошколята узнали, почему щиплет мыло. Запомнили правило: «неприступна для микробов только чистая кожа». После мытья рук рассмотрели под микроскопом и лупой участки кожи рук и убедились, что на коже не осталось микробов. Рассмотрели плакат, запомнили правила, которые помогут уберечь свой организм от вирусов и микробов, разучили стихотворение «Есть такие вирусы, вирусы – вредилусы...».

Кроме того учили детей правильно чистить зубы и как выбрать зубную щётку; как сохранить правильную осанку за столом.

Для сохранения психологического здоровья с малышами провели психогимнастики, игры – имитации, игру – инсценировку «Доброе слово лечит, а худое калечит».

Кульминацией Дня здоровья стало развлечение на свежем воздухе «Непоседы», в которое были включены не только игры – соревнования, подвижные игры, но и музыкальные игры, которые провела музыкальный руководитель Пиянзина Е. В.

Мы считаем, что наш опыт работы полезен так как в течение двух лет наблюдаем снижение заболеваемости в нашей группе.

Материал подготовили: Земова Л. В., Фарленкова Г. А.

