



Лето — удивительная пора! И самое благоприятное время для укрепления здоровья детей. Постоянное пребывание детей на свежем воздухе, многообразие форм, красок и звуков в природе, множество разных переживаний и новых впечатлений, богатая витаминами пища, раздолье для движений в природных условиях — все это дает ребенку значительный физический и эмоциональный запас сил для успешного полноценного развития и повышения иммунитета.

В летний период режим дня максимально насыщается деятельностью на открытом воздухе: прогулки, экскурсии, походы, игры на природе, спортивные праздники, позволяют детям приобретать новый двигательный опыт.

Для сохранения и укрепления здоровья воспитанников в детском саду в летний период проводятся следующие мероприятия:

- Увеличенный режим двигательной активности;
- Утренний прием воспитанников на свежем воздухе;
- Проведение утренней гимнастики на свежем воздухе.
- Оздоровительная ходьба;
- Гибкий режим дня в максимально жаркие дни;
- Соблюдение питьевого режима;
- Организация закаливания: воздушное, водное;
- Корригирующая, дыхательная гимнастика, ритмическая гимнастика;
- Спортивные праздники и развлечения;

Содержание Недели здоровья включало комплексный план мероприятий на каждый день недели, состоящий из разнообразных видов физкультурно-спортивных мероприятий, познавательной и игровой деятельности, направленной на формирование здорового образа жизни. Вся деятельность детей в эту неделю была «пропитана» темой «здоровья». Вместо привычной деятельности детей ожидал целый калейдоскоп ярких мероприятий и интересных событий. Каждый последующий день был не похож на предыдущий.

В работе с детьми использовались различные формы:

Дидактические игры: «В огороде и в саду витамины я найду», «Чистоплотные дети», чудесный мешочек (предметы туалета). Проверить знания детей о предметах гигиены и их назначении

Чтение и разучивание произведений художественной литературы и фольклора о спорте и здоровом образе жизни «Милая Мила мылась мылом. Намылилась, смыла, так мылась Мила.». «Про Машу и манную кашу».

Трудовая деятельность: мытье игрушек, «Мы платочки постираем».

Физическая культура по теме: «Мой веселый звонкий мяч», «В гости к Зайчику»

Продуктивная деятельность: «Спортивное оборудование», «Солнце, воздух и вода».

Сюжетно- ролевая игра: «Правильная столовая», «Магазин».

Беседы: «Здоровые зубы». - рассказать о значении зубов, закрепить знания о правилах чистки зубов. «Расскажи и покажи Маше, что такое хорошо, что такое плохо?» - Вызвать у детей желание играть с куклой, рассказывать ей ,что такое хорошо, и плохо.

«Таблетки растут на ветке» Беседа «Здоровье в порядке, спасибо зарядке»

Игровое упражнение: «Покажем Незнайке, как вытирать руки и лицо полотенцем.

Прослушивание песни в записи «Кто пасется на лугу?» музыка А. Пахмутовой слова Ю. Черных. Разучивание танца: «Мы веселые ребята». Игрового упражнения : «Я банан»

Игра – развлечение: «Мыльные пузырьки» - Развитие дыхания

Подвижные игры : «Крокодил» (музыкальная), «Мишка» (музыкальная),

«Кто дальше прыгнет» , «Самый меткий», «Мы весёлые ребята», «Бегите ко мне».

С целью укрепления здоровья использовали на улице босохождение по траве и песку. У детей это вызвало море эмоций!

Родители поделились рецептами здоровой пищи. Для оформления альбома: «Маленький Шеф».

Итогом недели стало спортивное развлечение совместно с родителями: «Мы смелые, ловкие, умелые».Вместе с родителями дети играли в подвижно- музыкальные игры: «Крокодил», «Мишка». Приняли участие в хороводной игре: «Мы на луг ходили».

Дети показали весёлый танец: «Я – банан», «Почесали ручкой ушко». Дети и родители получили здоровый заряд бодрости, положительных эмоций.

Совместные спортивно-оздоровительные мероприятия с участием и взрослых и детей помогают еще больше сблизить и сплотить семьи воспитанников, обеспечили преемственность в соблюдении единства требований в воспитании здорового ребенка.

Мальцева Татьяна Юрьевна







