

С 03.04.2023г. по 07.05.2021 года в МКДОУ д/с №5 с. Арзгир была запланирована и проведена «Неделя Здоровья», приуроченная ко Всемирному дню здоровья.

В группах были проведены мероприятия, направленные на укрепление здоровья детей, развитие двигательной активности, приобщение детей к здоровому образу жизни, воспитание в детях упорства, силы воли, умения преодолевать препятствия; желания оказывать помощь, закрепление у детей понятия «здоровье».

Основная цель: пропаганда среди воспитанников, педагогов и родителей приоритетов здорового образа жизни, развития интереса к физической культуре и спорту.

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. Вместо привычной деятельности детей ожидал целый калейдоскоп ярких мероприятий и интересных событий.

Каждый последующий день был не похож на предыдущий и имел свое название:

Понедельник – «За здоровьем в детский сад»;

Вторник – «Вредные и полезные привычки»;

Среда – «Я здоровье берегу»;

Четверг – «Спорт в нашем селе».

Пятница – «Всемирный день здоровье».

В воспитательной работе широко использовались различные методы и приемы для физкультурно-оздоровительной работы с детьми:  
- чтение и разучивание произведений художественной литературы и фольклора о спорте и здоровом образе жизни;

- просмотр презентации и мультфильмов о «Здоровом образе жизни», «Виды спорта; «Полезные и вредные продукты», «Что такое хорошо, что такое плохо», «Здоровье начинается с дома»;

- познавательные беседы «Мы дружим с физкультурой», «Почему нужно много двигаться? », «Если хочешь быть здоров », «Где живут витамины», «Чистота и здоровье», «Для чего нужен носовой платок?»;

- разнообразные дидактические игры - «Что полезно, а что вредно для здоровья», «Что было бы, если бы... », «Полезная еда», «Угадай вид спорта»; настольные игры: «Лото», «Собери картинку» и т.д;

- непосредственно – образовательная деятельность физкультурно-оздоровительного и познавательного цикла;

- акции ««Мама, папа, я- спортивная семья», «Мы за Правильное Питание»;

- выставка рисунков детей и родителей на тему «Вредные и полезные привычки»;

Правильное питание, мытье рук перед едой, утренняя гимнастика, борьба с микробами и многое другое. Медицинская сестра рассказала детям о правильном питании, о закаливании.

Так же в течение всей недели использовалась:

- дыхательная гимнастика и игры «Мыльные пузыри» и др. (в различных режимных моментах). Дыхательные упражнения способствуют насыщению кислородом каждой клеточки организма. Умение управлять дыханием способствует умению управлять собой;

- закаливающие мероприятия после сна. Дети выполняют гимнастику пробуждения, которая называется «Мы проснулись», ходили по «дорожке здоровья», выполняли упражнения по рефлексотерапии: самомассаж лица, ушных раковин, закаливающие процедуры;

- подвижные игры: «Мой весёлый звонкий мяч», «Съедобное не съедобное» и т.д.; для старших дошкольников: «Птички в гнездышках», «Мыши водят хоровод», «Кот и птички», «Автомобили».

Подвижные игры активизируют дыхание, обменные процессы в организме, это, в свою очередь, оказывает плодотворное влияние на психическую деятельность. Оздоровительный эффект подвижных игр усиливается при проведении их на свежем воздухе.

- пальчиковая гимнастика «Моем руки чисто-чисто», «Прогулка»;

- сюжетно ролевая игра «Больница». «Детский сад».

Во вторник и пятницу были проведены спортивные развлечения для детей младшего и старшего дошкольного возраста «Играй, веселись и с друзьями подружись», «Малые олимпийские игры»

Были организованы специалистами детского сада тренинги, развлечения, мастер – классы для педагогов и родителей.

Неделя Здоровья в детском саду прошла насыщенно и интересно. Детям надолго запомнятся яркие мероприятия. Педагоги детского сада и дальше будут реализовывать задачи, направленные на формирование у дошкольников осознанного отношения к своему здоровью.





