



# **ЧТОБ ЗДОРОВЬЕ СОХРАНИТЬ, НАУЧИТЬСЯ ЕГО ЦЕНИТЬ!!!**

**ЦЕЛЬ: ОБОБЩЕНИЕ ОПЫТА РАБОТЫ ПО ОСВОЕНИЮ ДЕТЬМИ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОБЛАСТЕЙ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» И  
«ЗДОРОВЬЕ».**

**ПОДГОТОВИЛИ: ВОСПИТАТЕЛИ Столярова Н.В.  
Широких О.И.  
ГРУППА №73 «ЛЮБОЗНАЙКИ»**

**2012 -2013 учебный год**

## Куда Боги спрятали здоровье?

Свою работу мы начали с рассказывания притчи «Куда Боги спрятали здоровье?». Ребята слушали с большим интересом, но когда им задали вопрос: «Куда Боги спрятали здоровье?», они немного были озадачены, после небольшого раздумывания, некоторые дети озвучили свои ответы.



То, что здоровье прячется в нас самих, очень заинтересовало и увлекло детей. Мы им предложили дидактические игры, в которых дети учатся быть здоровыми, заботиться о себе. Эти игры не только закрепляли полученные знания, но и повышали ценность здоровья.

### Дидактические игры:

- 1) «Вредные и полезные продукты»
- 2) «Зимние и летние виды спорта»
- 3) «Подбери инвентарь спортсмену»
- 4) «Какие бывают привычки?»
- 5) «Что любят и не любят наши зубы?»
- 6) «Витамины АВС»



Использование загадок, в совместной деятельности, также способствовало развитию представления о здоровом образе жизни, например:

Что полезно-

Всем известно?

Я ответ найду легко.

На моей любимой чашке

Нарисованы ромашки,

Ну а в чашке...

- Развитие представлений важности

двигательной культуры, например:

Мне загадку загадали:

Это что за чудеса?

Руль, седло и две педали,

Два блестящих колеса.

У загадки есть ответ – Это мой ...



**На прогулку выходи,  
Свежим воздухом дыши,  
Только помни при уходе:  
Одеваться по погоде!**



**- Очень важно правильно организовывать двигательную активность на прогулке. Мы предлагаем различные подвижные игры, в соответствии с возрастом, которые развивают физические качества, формируют навыки самоконтроля, способствуют получению положительного эмоционального заряда.**

# МЕЛОТЕРАПИЯ?

- Особое место в положительном воздействии на человека занимает пение. Мы в группе, пропеваем гласные звуки в различных видах деятельности. Когда стали изучать более подробно данный вопрос, узнали об оздоровительных функциях этих упражнений.

Этот метод оздоровления практикуется с древних времен целителями Востока. Они говорят: «Пойте, чтобы быть здоровыми».

- ❖ Долгие «А» и «О» - вызывают вибрации в области груди, к тому же «А» массирует гортань:
  - Зайчик ты, зайчик,  
Коротеньки ножки.
- ❖ «О» - хороший стимулятор для желез внутренней секреции, оздоравливает среднюю часть груди:
  - Солнышко, солнышко,  
Выгляни в окошечко.
- ❖ «И» - заставляет вибрировать носоглотку и гортань, а также благотворно влияет на работу почек, прочищает нос и лечит глаза:
  - На зеленом лугу, их-вох!  
Раз нашел я ду-ду, их-вох!





Убрала бы все вредные продукты, достала из них эмульгаторы, красители ...



-Отправила бы всех детей на соленое море, я там была!!!

-Раздал бы волшебный грейпфрут с витаминами, я ел, мне нравится...

- Я бы, это, напоил всех детей чаем с медом

## ОТВЕТЫ ДЕТЕЙ...

- И что бы подвести итог работы с детьми, мы ребятам задали вопрос «Если бы я был волшебником, что бы я сделал, чтобы все дети были здоровы?», были интересные и необычные ответы.







- РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ ДАННОЙ РАБОТЫ НЕОТЪЕМЛЕМО СВЯЗАНО С ОТНОШЕНИЕМ ВЗРОСЛОГО К ДАННОМУ ВОПРОСУ, ПОЭТОМУ ВЕЛАСЬ РАБОТА ПО ВЗАИМОДЕЙСТВИЮ С РОДИТЕЛЯМИ.

### РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ:

- Анкеты
- Собрание
- Беседы
- Помощь с атрибутами
- Индивидуальные консультации

