



*Неделя здоровья  
«Я, ты, но, она – мы  
здоровая семья»*

*АВТОР: СКАЧКОВА ЕЛЕНА  
ИВАНОВНА  
МКДОУ «ДЕТСКИЙ САД №24»*

**Актуальность:** Дошкольное детство, согласно ФГОС дошкольного образования, является начальной ступенью в образовательной системе нашего государства. Именно в дошкольном детстве закладываются те основы всесторонне развитого ребенка, который затем шагает вверх по ступеням образования.

В настоящее время особую актуальность имеет проблема состояния здоровья и физического развития детей дошкольного возраста. Сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения превращается сейчас в социальную проблему. Проблемы детского здоровья нуждаются в новых, доверительных партнёрских отношениях сотрудников ДОУ с родителями.

## **Задачи:**

- Развивать и совершенствовать у детей двигательные навыки и умения, способствующих укреплению здоровья.
- Формировать элементарные знания в области гигиены, медицины, физкультуры.
- Формировать у детей представление о том, что отдых необходим для сохранения здоровья.
- Побуждать детей к составлению рассказов об активном отдыхе зимой.
- С помощью физических упражнений воспитывать смелость, выносливость, терпеливость и уверенности в себе.
- Дать представление родителям о значимости совместной двигательной деятельности с детьми.

## Вопросы на которые мы будем искать ответы.

- Что нужно делать чтобы быть здоровым?
- Какие бывают зимние виды спорта?
- Откуда берутся микробы?
- Какие продукты самые полезные?
- С кем и как можно отдыхать зимой?

Мы отправились в путешествие за ответами на наши вопросы.  
Устраивали парные спортивные соревнования.





Просмотрели презентации: «Откуда берутся микробы», «С кем и как можно отдыхать зимой», «Зимние виды спорта», «Чистота залог здоровья»



Занимались творчеством

Рисовали микробов, раскрашивали спортсменов, создавали коллажи  
«Дерево здоровья» «Главные враги микробов»





Выдержке, терпению, умению играть в команде мы научились играя в викторину «Я и моё здоровье»





Наводили чистоту, микробам у нас нет места!



Ходили в библиотеку. С доктором, Пилюлькиным, отправились на поезде «Здоровейка». Во время путешествия мы узнали, как правильно одеваться зимой, как вести себя если на дороге гололед и в какие подарки дарит нам зима.





Узнали много нового о полезных продуктах на нашем столе, о пользе витаминов, их влиянии на детский организм. А больше всего нам понравилось побывать на фруктовой дегустации.



Морозные, солнечные деньки, ведь нет ни чего лучше для прогулок. Весело прокатились с горы, подышали чистым воздухом да и про пташек не забыли.





Предметы личной гигиены. Мы узнали какими можно поделиться с товарищами, а какие только для личного пользования. Учились чистить зубы правильно.



Наши мамы решили поучиться у нас делать утреннюю гимнастику, им понравилось, мы теперь в дома в выходной с ними делаем зарядку.





Дома с родителями мы подготовили фото-репортаж для фото выставки, чтобы всем рассказать как мы отдыхаем в выходной всей семьёй.



# Подведём итоги, что мы узнали.

- Микробы живут на грязных руках, на грязных коврах. Руки нужно всегда мыть с мылом, они мыла и воды боятся. (Илья Ш.)
- В выходной нужно всем гулять, а не сидеть дома. Мы гуляем, катаемся на тюбинге. (Илья Н)
- Чистить зубы нужно правильно, а не просто чёткой шоркать по зубам. (Люба)
- Витаминов много в полезных продуктах, а чипсы и конфеты это не полезные продукты. (Соня З.)
- Спортсмены много тренируются, едят только мясо и полезные продукты, и выигрывают много медалей и золотых кубков. (Андрей Т)
- Нужно чисто мыться каждый день, кушать фрукты и тогда не будет болячек на губах (Максим)
- Когда идем гулять нужно дома открывать окна. Чистый воздух залетает, и не будет душно. (Арина)



## Результаты эффекты

- Формирование основ здорового образа жизни, потребность заниматься физической культурой и спортом.
- Совершенствование навыков составления рассказа с помощью иллюстраций и фото – репортажей.
- Сформировались положительные отношения детей к чистоте.
- Изменение отношения родителей к своему здоровью и здоровью своего ребёнка.
- Полученный опыт позволит детям самостоятельно организовывать игры в группе и на прогулке.