

День здоровья



Optimized using
trial version
www.balesio.com

Актуальность работы

Самой актуальной проблемой на сегодняшний день является сохранение и укрепление здоровья детей. Очень важным на сегодняшний день является формирование у детей дошкольного возраста мотивов, понятий, убеждений в необходимости сохранения своего здоровья и укрепления его с помощью приобщения к здоровому и безопасному образу жизни. Значимость применения данной работы определяется решением задач оздоровления дошкольников, воспитания культуры безопасного и здорового образа жизни – создания прочной основы для воспитания здорового ребенка.

Цель работы

- Углублять и систематизировать представления детей о факторах, влияющих на состояние своего здоровья и окружающих, формировать осознанное выполнение требований к безопасности жизни, развивать интерес к физической культуре, активизировать работу с семьей по проблеме формирования привычки к здоровому образу жизни. Привлечь родителей к активному участию в жизни в жизни детского сада.
- Обогащать знания детей о витаминах и продуктах питания, и их полезных свойствах, формировать представление детей о здоровье и здоровом питании.
- Формировать у ребенка мотивы самосохранения, воспитания привычки думать и заботиться о своем здоровье.

Задачи

- Закреплять знания, умения и навыки, полученные ранее;
- Формировать двигательную активность детей;
- Создавать условия для физической разрядки детей;
- Укреплять физическое здоровье детей;
- Повышать сопротивляемость к простудным заболеваниям;
- Прививать любовь и интерес к здоровью, спорту;
- Воспитывать у детей добрые и дружеские взаимоотношения.

План –схема осуществления проекта

□ Утренний приём детей:

1. Игра «Волшебный мешочек».
2. Словесная игра «Вредно – полезно».
3. Беседа «Витамины я люблю, быть здоровым я хочу»

Утренняя гимнастика «Хотим расти здоровыми»

- Умывание.*
- Завтрак.*
- ОД по формированию здорового образа жизни «В гостях у Петрушки»*

Сон Гимнастика после сна «Дружные ребятки»

- Спортивное развлечение «Мы весёлые ребята»*
- Выпуск стенгазеты «С физкультурой мы дружны – нам болезни не страшны»*

Утренняя гимнастика «Хотим расти здоровыми»



Нам лениться - не годиться



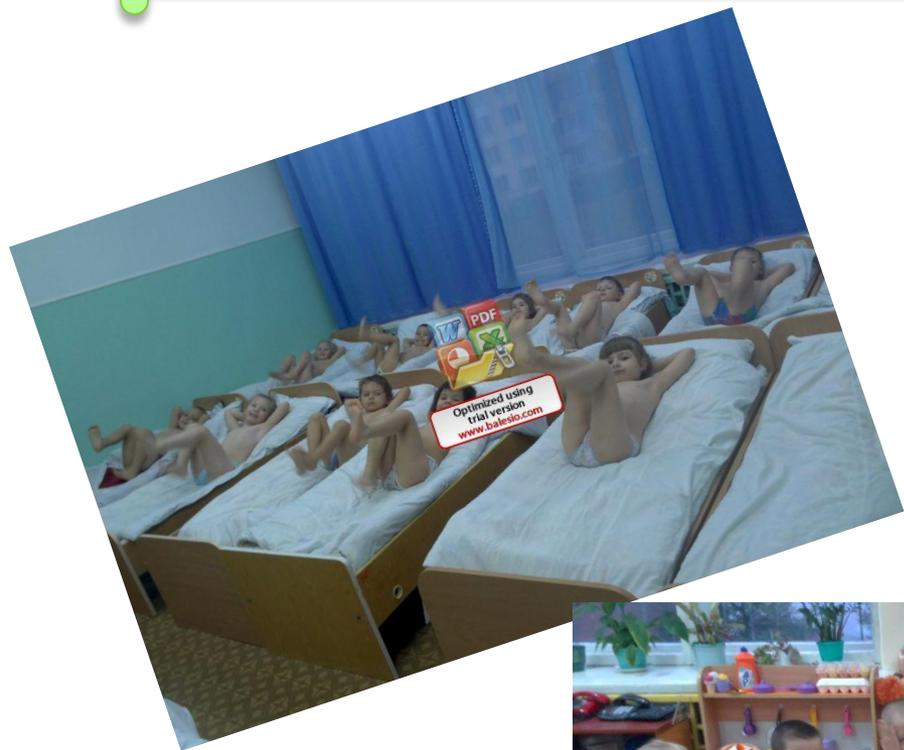
Помните, ребята.

Умывание



**Буль – буль – буль журчит
водица,
Все ребята любят мыться.
Руки с мылом мы помыли,
Нос и щёки не забыли.
Не ленились вымыть уши,
После вытерли посуше.
Мы помылись, как
большие,
Вот мы чистые какие.**

Гимнастика после сна «Дружные ребятки»



Глазки открываются,
Реснички
поднимаются,
Дети просыпаются,
Друг другу
улыбаются.



Спортивное развлечение «Мы весёлые ребята»



Будьте здоровы!

An illustration of four children playing happily on a grassy field. In the background, there are several colorful balloons (purple, orange, yellow) and a stack of large, colorful alphabet blocks. The blocks are labeled 'W', 'PDF', and 'X'. The children are dressed in bright, colorful clothing and are holding strings of balloons and playing with the blocks.

Такая работа с детьми дошкольного возраста ценна тем, что создаёт условия для эмоционально – психологического благополучия, так как оказывает большое влияние на развитие ума, воспитание характера, воли, нравственности, создает определенный духовный настрой, побуждает интерес к самовыражению, способствует не только лучшему усвоению знаний и закреплению навыков, но и благотворно влияет на детскую психику.