

В рамках Месячника Здоровья в нашем детском саду прошел Месячник Здоровья, в рамках которого были проведены мероприятия, направленные на популяризацию знаний воспитанников о здоровом образе жизни. Содержание Месячника Здоровья было интересным и насыщенным, состоящим из разнообразных видов физкультурно-оздоровительной работы. Все мероприятия были проведены в соответствии с планом Месячника Здоровья – 2024 и были направлены на решение следующих задач:

- Приобщение воспитанников и их родителей к здоровому образу жизни.
- Развитие творческой активности воспитанников.
- Развитие у воспитанников желания активно участвовать в жизни детского сада.
- Воспитание привычки и потребности в здоровом образе жизни.
- Формирование и сохранение психологического здоровья воспитанников.

Ежедневно во всех возрастных группах проводились разные виды закаливания: утренняя гимнастика, гимнастика пробуждения, ходьба по дорожкам здоровья, психогимнастические и релаксационные игры, дыхательная и пальчиковая гимнастика.

День здоровья начался с поднятия флага Российской Федерации, затем была проведена утренняя зарядка. Далее в группах с детьми были проведены тематические мероприятия о здоровье, здоровом образе жизни, о правильном питании, которые включали в себя: беседы: «Вся правда о здоровом питании», «Вредные привычки», «Витамины на столе», «Полезная и вредная еда», «Красивая осанка – залог здоровья»; дидактические и сюжетно-ролевые игры, художественное творчество. В старшей группе прошел открытый просмотр организованной образовательной деятельности «Только здоровые привычки». Где ребята отправились в страну Здоровья, вспомнили вместе с педагогом о вредных и полезных привычках, поиграли в игры, посмотрели презентацию на тему: «Полезные и вредные продукты». Затем на прогулке ребята продолжили спортивные мероприятия: игры – эстафеты, спортивные игры с мячами, кеглями и другим спортивным оборудованием. Поиграли в подвижные игры. После сна в группах прошли спортивные развлечения «А, ну-ка, девочки! А, ну-ка, мальчики!».

В вопросе приобщения детей к здоровому образу жизни, нельзя не отметить важность взаимодействия с семьями воспитанников. Несмотря на заинтересованность родителей в сохранении здоровья ребенка, им не всегда удается решить многие вопросы и возникающие проблемы, тем более что многие дети большую часть времени проводят в детском саду. Поэтому ДОО должно оказать существенную помощь семье в сохранении и укреплении физического и психического здоровья воспитанников. Работа с родителями была организована как средство воздействия – пропаганда здорового образа жизни и организована в наглядной форме:

— через оформление памяток и презентаций в групповых чатах в WhatsApp на темы: «Правильное питание ребенка в семье», «Режим дня в домашних условиях», «Витамины на вашем столе».

Большое внимание было уделено организации питания в ДОО: сервировке столов, культуре приема пищи, режиму питания. Воспитателями было проведено ряд бесед с детьми о правильном питании, о соблюдении режима дня. В течение месяца спортивные развлечения прошли во всех возрастных группах.







