

**Физические упражнения
могут заменить множество лекарств,
но ни одно лекарство в мире
не может заменить физические упражнения.**

Анджело Моссо

С 31 января 2022 по 4 февраля 2022 года в детском саду прошла тематическая неделя «Мы друзья спорта»

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

С целью развития двигательных навыков и навыков ЗОЖ у воспитанников, формирования психологического здоровья, устойчивой положительной мотивации к сохранению и укреплению здоровья с детьми проводилась не только образовательная деятельность по основным направлениям развития дошкольников, но и совместная деятельность в ходе режимных моментов.

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

Перед началом недели здоровья была проведена предварительная работа по подбору литературы и разнообразного материала по данной теме, разработан план подготовили информационные буклеты по ЗОЖ. Консультации на разные темы: «Профилактика плоскостопия у детей дошкольного возраста», «Физическая культура в домашних условиях», «Воспитание полезных привычек у детей». В течение недели обновлялось содержание памяток «Родителям на заметку» для родителей по вопросам организации заботы о своем здоровье и своих детей.

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 «Зимние и летние виды спорта»
- познавательные беседы «Личная гигиена ребенка», «Движение - это жизнь, почему?» «Если хочешь быть здоровым, надо спортом заниматься», «Чистота и здоровье»; «Что такое витамины и где их можно найти»
- разнообразные дидактические игры - «Что полезно, а что вредно для здоровья», «Что мы делаем когда едим?», «Что хорошо, что плохо для организма», «Что было бы, если бы...», «Полезная еда», «Угадай вид спорта»; настольные игры: «Кому, что нужно?», «Определи по запаху», «Опасно-неопасно».

Большое внимание уделяли оздоровительной направленности гимнастики, включая комплексы упражнений на дыхание, звуковую гимнастику, упражнения на профилактику опорно-двигательного аппарата, упражнения на профилактику осанки и плоскостопия, вводили в нее игровые ситуации и образы, помогающие формировать двигательное воображение ребенка.

Вся деятельность детей в эту неделю была «пропитана» темой «здоровья».

С целью повышения педагогической компетентности родителей в вопросах воспитания здорового ребенка в домашних условиях, проводилась работа, которая включала в себя следующие формы: виртуальные – консультации, памятки, буклеты «В здоровом теле, здоровый дух!», «Мы за здоровый образ жизни», «Будь примером для своих детей», «Физические упражнения в домашних условиях», «Веселая физкультура» и т.д.

Таким образом, неделя здоровья является эффективной формой работы по пропаганде среди воспитанников ДОО и их родителей (законных представителей) здорового образа жизни, развития интереса к физической культуре и спорту, позволяет обогащать у детей основы знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

*Физическое образование ребенка
есть база для всего остального.*

*Без правильного применения гигиены в развитии ребенка,
без правильно поставленной физкультуры и спорта
мы никогда не получим здорового поколения.*

Анатолий Луначарский









