



здоровый образ жизни

Старшая группа № 3 «Гномики»

**От жизнерадостности, бодрости детей
зависит их духовная жизнь,
мировоззрение,
умственное развитие, прочность
знаний,
вера в свои силы.
В.А. Сухомлинский.**

В современных условиях наблюдается резкое ухудшение состояния здоровья детей. Сохранять и улучшать здоровье – огромная каждодневная работа не только детского сада, но и родителей ребенка. Основными факторами, укрепляющими здоровье детей являются правильное питание, здоровый образ жизни и закаливающие мероприятия, проводимые в детском саду и дома.

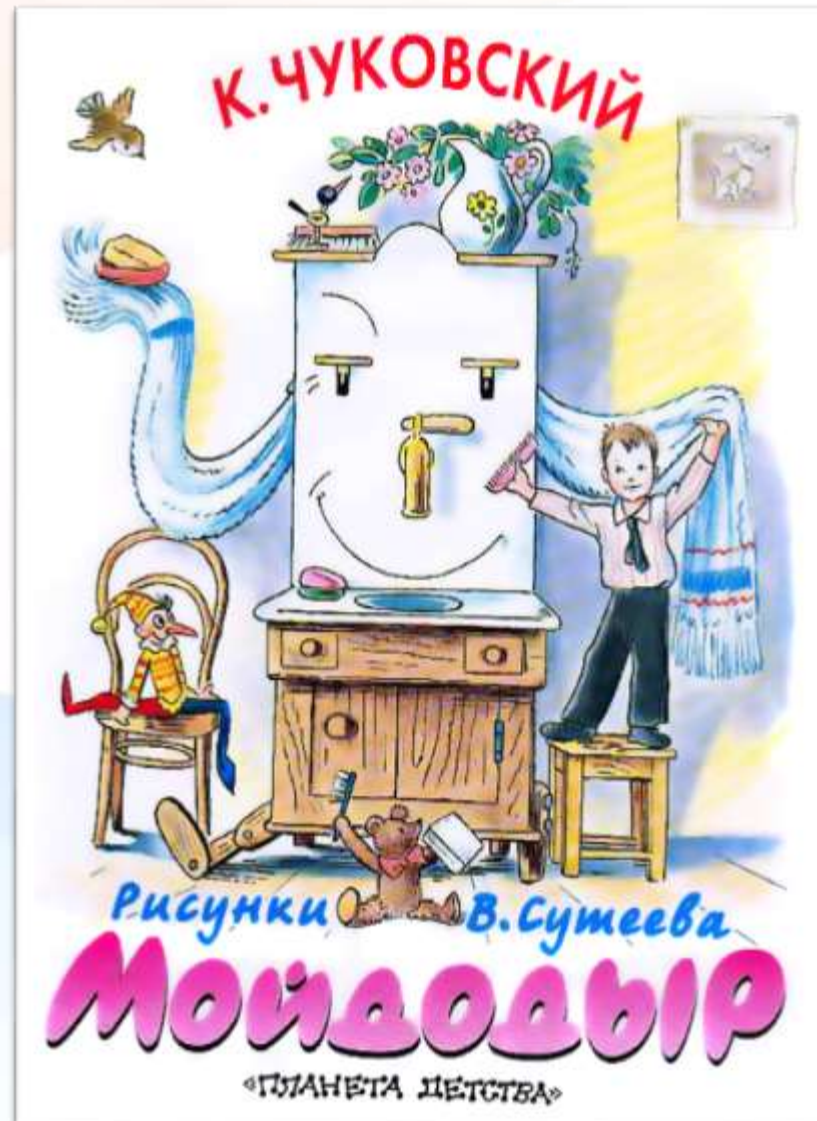
В группе «Лукоморье» особое внимание уделяется здоровьесбережению. Каждый день мы проводим основные мероприятия, которые направлены на укрепление здоровья детей.

Каждый современный человек давно знает о необходимости соблюдения ежедневной личной гигиены: принимать душ, чистить зубы и уши, мыть руки с мылом. Это не должно быть просто ритуалом! Дети, с самого раннего возраста должны четко понимать, что вода, зубная паста, мыло и другие моющие средства очищают от грязи, пыли, а также от различных микробов, бактерий и вирусов, часть из которых могут быть причиной различных серьезных заболеваний. Потому ежедневная гигиена - неотъемлемая часть ЗОЖ и профилактических мер, которые направлены на поддержание здоровья человека.

Беседа с детьми «Чистота — залог здоровья!»



Формирование культурно – гигиенических навыков у детей старшего дошкольного возраста формируется через использование художественной литературы.



Мыловарение – не только затягивающее хобби семьи Валерии Саниной, но и очень полезное занятие. Если вы поймете основные принципы того, как сделать мыло, освоите технику мыловарения, вы сможете реализовать свои творческие способности.

Ручное мыловарение – это простор для творчества, эксклюзивный навык, который может стать любимым увлечением каждого.

Семья Валерии Саниной представила видеоролик изготовления ручного мыла детям в группе.



Дети вместе с воспитателем оформили стенгазету «Правильное питание»



«Виртуальная экскурсия к пешеходному переходу».

Просмотр видеороликов.



**Подготовили
видеоролик
семья
Сергей
Кочмарева**



**Подготовили
видеоролик
семья
Артема
Засыпкина**



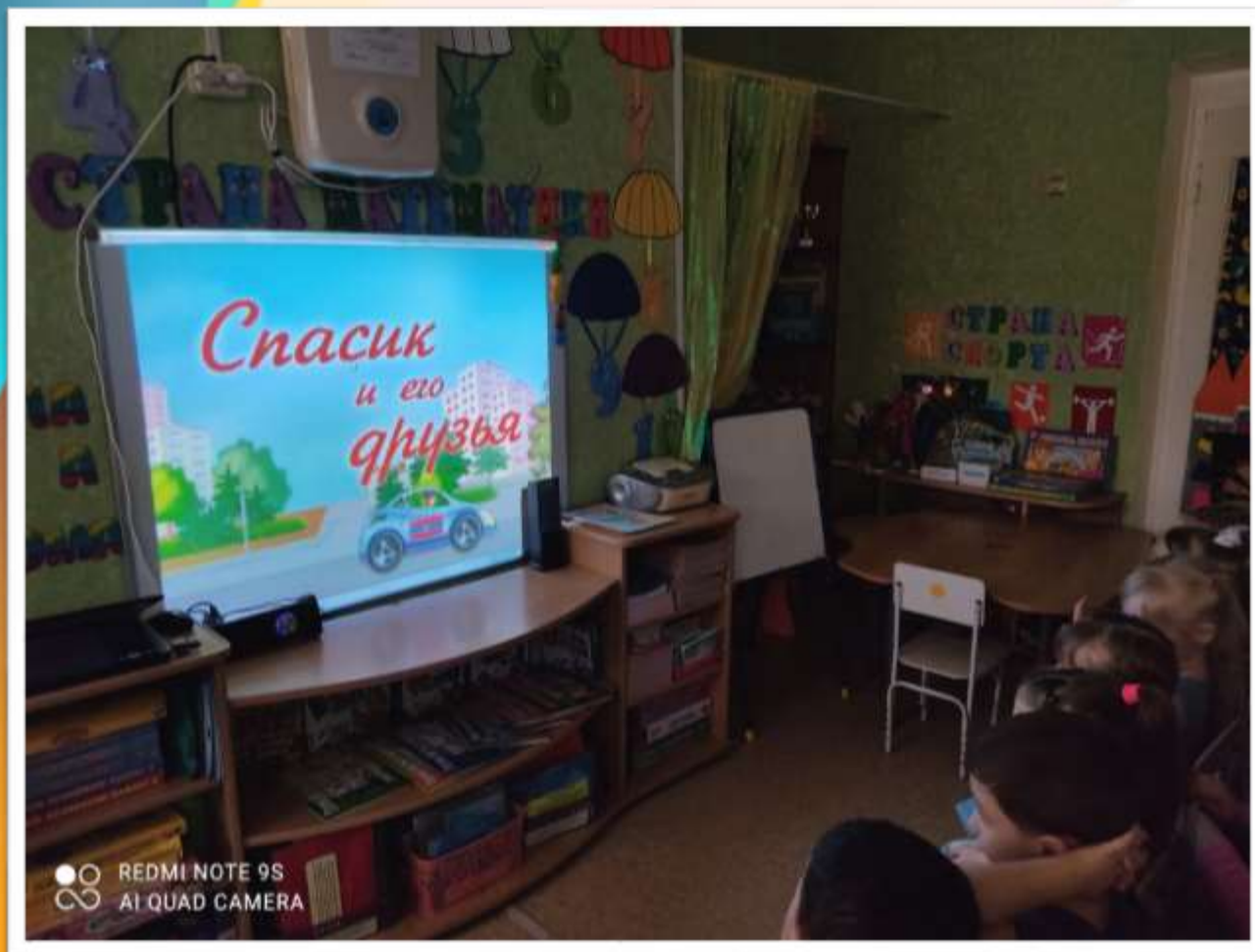
Беседа «Телефоны служб спасения»



Игра-исценировка «На дороге»



**Просмотр мультфильмов по безопасности
поведения в природе, дома и в городе.
«Уроки тетушки совы», «Азбука безопасности»,
«Спасик и его друзья»**



Малоподвижная игра «Автомобили и светофор»



Выставка рисунков «01, 02, 03-если вдруг беда звони!»



REDMI NOTE 9S
AI QUAD CAMERA

Неотъемлемой частью закаливания является и прогулка, игры малой подвижности и подвижные игры. Пребывание детей на свежем воздухе имеет большое значение для физического развития. Каждая прогулка начинается с наблюдения, плавно переходит в малоподвижную игру, в конце прогулки мы с детьми играем в подвижные игры. Прогулка является первым и наиболее доступным средством закаливания детского организма.



**Подвижная игра
«Мышеловка»**



**Подвижная игра
«У медведя во бору»**

Каждодневно семья Григория Найденова занимается дыхательной гимнастикой, что укрепляет дыхательную мускулатуру, улучшает кровообращение в верхних отделах дыхательных путей и повышает сопротивляемость к простудным заболеваниям. **Семья представила видеоролик игры по дыхательной гимнастике «Задуй шарик в ворота»**



Пальчиковая гимнастика

«Варим, варим мы компот»



«Пальчиковая гимнастика»- это весёлое, увлекательное и полезное занятие! Игры с пальчиками развивают мозг ребёнка, стимулируют развитие речи, творческие способности, фантазию. Простые движения помогают убрать не только напряжение самих рук, но и ослабить мышцы всего тела.

Они способны улучшить произношения многих звуков, чем лучше работают пальцы и вся кисть в целом, тем **ЛУЧШЕ РЕБЁНОК ГОВОРИТ!**

Семья Суриковой Марии представили свой видеоролик «Варим, варим мы компот».
После просмотра видеоролика дети вместе с педагогом проиграли эту пальчиковую гимнастику.



Пальчиковая гимнастика»

«Тише, тише не шумите!»



«Пальчиковая гимнастика » - это великолепный, универсальный дидактический материал для многих видов деятельности , особенно для занятий по развитию речи.



**Подготовили видеоролик
семья
Петренко Екатерины**

Мультимедийная
дидактическая игра
«В здоровом теле –
здоровый дух!»



Интерактивная игра
«Здоровый малыш»



Изготовление масок для подвижных игр «Хитрая лиса», «Мышеловка», «Медведь и пчелы», «Охотники и зайцы», «Волк и зайцы»



Организация питания детей дошкольного возраста с учетом физиологических потребностей растущего организма, повышает устойчивость к различным неблагоприятным воздействиям, следовательно, очень важно соблюдать принципы рационального питания детей, соблюдая преемственность организации питания в ДООУ и дома.



С детьми проводились беседы
«Здоровая пища»,
«Витамины полезные для
здоровья».

Интерактивная дидактическая игра «Вредно - полезно»



**Семья Виктории Суббота представили свой
видеоролик виртуальной экскурсии
«Готовлю с папой и сестрой любимый овощной
салат»**



**Семья Василисы Донсковой представили свой
видеоролик виртуальной экскурсии
«Готовлю с мамой и сестрой любимый фруктовый салат»**



«Витаминизация в детском саду»

Витамины нам полезны, Это точно знаю я. Только их не из таблеток употребляю я. Получаю их из пищи Вкусной и полезной. Где же прячутся они? Очень интересно. Объясняет мама мне Они прячутся везде. Ты из фруктов, овощей, Получай их поскорей.



А вот и наша выставка рисунков «Мы за здоровое питание!»



Оформление буклетов детьми для родителей «Вкусно и полезно» -рецепты



«Мой буклет возьми скорей
Будет с ним всем веселей!»

Одной из актуальных технологий является квест-технология, которая направлена на развитие индивидуальности ребенка, его самостоятельности, инициативности, поисковой активности. Форма проведения образовательной деятельности в виде квест-игр нестандартна, интересна и увлекательна для детей.



Квест – игра «Весёлая кругосветка»

Увлекательная «Квест-игра» началась. Дети отправились в спортивное путешествие «Весёлая кругосветка» по островкам «Здоровья».



1 островок

Дети находят в конверте карточку -схемы игры «Мышеловка», дети угадывают игру и проигрывают её.

2 островок

В конверте дети находят рисунок каната и цифру 2. Дети делятся на 2 команды и перетягиваем канат.



3 островок

В конверте дети находят
рисунок беговой дорожки
30м и бегущего человека
- забег на 30 метров.



4 островок

Дети в конверте находят
рисунок кольца и
фишки. Дети
выполняют задания .

5 островок

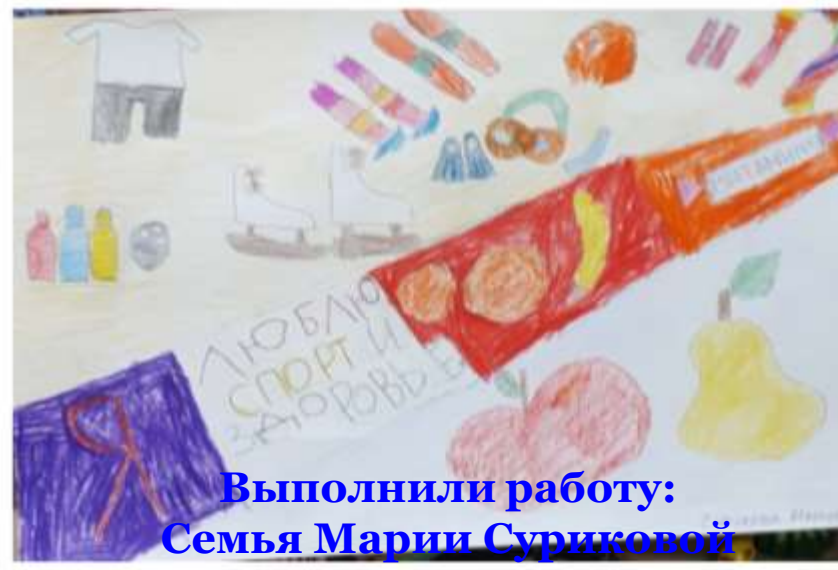
Дети находят в конверте
рисунок, с
нарисованными
разноцветными
обручами.



6 островок

И на 6 островке дети
находят мыльные пузыри.
Игра с мыльными
пузырями.

«Совместная работа родителей и детей»



Участие детей в региональном конкурсе рисунков и коллажей. Номинация «Фестиваль здоровья»



Участие детей в региональном конкурсе рисунков и коллажей.

Номинация «В здоровом теле – здоровый дух»



Вот такими интересными, занимательными технологиями мы занимаемся в нашем детском саду «Лукоморье». Только здоровый ребенок может стать хорошим учеником и успешной личностью!



**Выполнила: воспитатель
Мальцева О.Я.**