

Подвижные игры-забавы на прогулке в зимний период

в рамках месячника здоровья и спорта в
МБДОУ «Детский сад «Малыш»



средняя группа №10 "Звёздная страна"

воспитатель: Маркова Н.А.

В феврале в нашем детском саду традиционно прошел месячник здоровья и спорта.

Главная его задача состоит в сохранении и укреплении здоровья детей; формировании привычки к здоровому образу жизни; удовлетворении потребности детей в двигательной активности; закреплении знаний о том, как сохранить и укрепить здоровье.

В нашей группе № 10 ежедневно проводятся утренняя гимнастика, и другие виды гимнастик (дыхательная, артикуляционная, пальчиковая и пр.), зарядка после сна, закаливающие мероприятия. Ребята посещают физкультурные занятия, проводятся занятия и на прогулке.

Воспитатели провели беседы с детьми по темам: «Что такое здоровое питание?», «Движение – это жизнь. Спортивные игры», «Полезная и вредная еда», «Чистота – залог здоровья!», «Здоровью надо помогать», «Соблюдай режим, он для здоровья необходим», «Моя одежда», «Как мы всей семьей проводим выходные», «Береги глаза смолоду», «Держи осанку!», «Если хочешь быть здоров - закаляйся», «Первая помощь при обморожении», «Одежда в зимний период».

Играли в дидактические игры «Полезно - вредно», «Что нам нужно для здоровья», «Да, нет», «Что можно есть на завтрак, обед, ужин», «Если кто-то заболел», «Игра - дело серьёзное», «Правила гигиены». «Узнай на вкус», «Ты – моя частичка», «Скажи, что не так?», «Закончи предложение», «Подскажи словечко», «Что лишнее?». В ходе проведения дидактических игр воспитатели систематизировали представления детей о здоровье и здоровом образе жизни, закрепляли знания о предметах личной гигиены и их предназначении, закрепили у детей знания и умения по оказанию первой помощи, закрепили знания о полезной пище, о витаминах и их пользе для здоровья человека, о культуре питания.

Были подготовлены консультации и памятки для родителей: «Здоровый образ жизни в семье — залог здоровья ребенка», «Как одевать ребенка на прогулку», «Лечебная гимнастика», «Грипп. Как защитить себя и других», «Гигиена сна».

Подвижные игры



Эстафеты



Стрельба в цель





Катание с горки



«Хоккей»



Значение прогулки:

- *Важнейшей задачей дошкольных учреждений является сохранение и укрепление здоровья детей.*
- *В дошкольном возрасте оптимальная двигательная активность и физическое воспитание являются ведущими факторами в сохранении здоровья, полноценном физическом и психическом развитии ребенка.*
- *Прогулка является первым и наиболее доступным средством закаливания детского организма.*

Семейный досуг в рамках месячника здоровья и спорта

Совместные занятия физическими упражнениями родителей, активные прогулки с ребенком являются источником радости, обогащают семейную жизнь.

Родители нашей группы № 10 активно занимались с детьми физкультурой, закаливанием и таким образом способствовали укреплению здоровья, взаимоотношений в семье, воспитанию любви и уважения детей к родителям.

В результате проведенной работы нам удалось сформировать у детей элементарные представления о здоровом образе жизни, повысить интерес детей к физическим упражнениям и спорту.

















**СПАСИБО
ЗА ВНИМАНИЕ!**

Будьте ЗДОРОВЫ !!!