

Отчет о проведении месячника здоровья «За здоровый образ жизни»

в МДОУ «Детский сад» с. Кумак

с 1 апреля по 30 апреля 2024 года

В рамках месячника здоровья «За здоровый образ жизни» воспитателями был разработан план проведения оздоровительной работы. В соответствии с разработанным планом в каждой группе детского сада проводились различные тематические мероприятия, с целью сохранения и укрепления физического и психического здоровья детей, воспитания культурно - гигиенических навыков, формирования у детей бережного отношения к своему здоровью.

Утро в каждой группе детского сада начиналось с проветривания и кварцевания помещения. Ежедневно проводилась утренняя гимнастика под веселую, ритмичную музыку, которая заряжала бодростью и энергией на предстоящий день.

В каждой группе оборудован центр физической культуры, он оснащен спортивным инвентарем. Воспитатели оформили картотеку весенних прогулок, выбрали эксперименты и опыты, подвижные игры, беседы с детьми. Было обновлено и приобретено выносное оборудование для прогулок, самостоятельной и трудовой деятельности детей (деревянные и пластмассовые лопаты, ведерки, формочки, палочки для рисования на песке, султанчики, флажки, кегли, маски для сюжетно-ролевых игр, оборудование для экспериментов, игрушки из бросового материала).

Для обеспечения качественной организации прогулки в весенний период были созданы определенные условия: расчистка участка и физкультурной площадки от листьев, сооружение построек для развития основных движений (ходьба, бег, упражнение в равновесии, лазанье, прыжки, метание).

С воспитанниками дошкольных групп проводились занятия познавательного развития «Путешествие в Страну Здоровья», «Что такое здоровье», «Где прячется здоровье», «Только здоровые привычки», «В гостях у Сиропчика», «Закаляйся, если хочешь быть здоров». У детей формировали представления о строении собственного тела, назначении органов, что полезно и вредно для организма, продолжали формировать культурно - гигиенические навыки. Все это оказывало большую роль воспитаний у ребенка потребности в здоровом образе жизни, в формировании управлять своим поведением и эмоциями, регулировать свою активность.

С воспитанниками провели беседы по темам: «Что такое здоровое питание?», «Полезная и вредная еда», «Чистота – залог здоровья!», «Здоровье надо беречь», «Соблюдай режим, он для здоровья необходим», «Если хочешь быть здоров – закаляйся», «Первая помощь», «Одежда в весенний период».

Играли в дидактические игры «Полезные и вредные продукты», «Что нам нужно для здоровья», «Да - нет», «Что можно есть на завтрак, обед, ужин», «Если кто-то заболел», «Правила гигиены». «Врачи - наши помощники», «Скажи, что не так?», «Витамины – это таблетки, которые растут на ветке», «Лабиринты здоровья», «Что лишнее?». В ходе проведения дидактических игр 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.

С детьми много читали художественной литературы: К.И.Чуковский «Федорино горе», «Мойдодыр»; М. Грозовский «Распорядок дня»; С.Я. Маршак «Вот какой рассеянный...»; Т.Шорыгина «Зарядка и простуда», «Зачем соблюдать режим»; стихи Еремеевых М и С «С чего начинается утро», «Для чего нужна зарядка», «Руки мой перед едой», «Водные процедуры», «Все делай вовремя дружок», «Одевайся по погоде»; С. Михалков «Тридцать шесть и пять», «Чудесные таблетки».

Дети разучили пословицы и поговорки о спорте: здоровья много не бывает; здоровье не купишь за деньги; береги здоровье смолоду; в здоровом теле – здоровый дух; здоровье растеряешь – ничем не наверстаешь; если хочешь быть здоров – закаляйся; болен – лечись, а здоров – берегись; движение – жизнь; пешком ходить – долго жить; начинай новую жизнь не с понедельника, а с утренней зарядки; отдай спорту время, а взамен получи здоровье; чистота – залог здоровья; здоровье за деньги не купишь; главное не победа, а участие.

Дети занимались продуктивной деятельностью, воспитатели провели занятия по художественно-эстетическому развитию (рисование) «Лыжник», «Мой любимый вид спорта»; (лепке) «Девочки на спортивном празднике»; (аппликации) «Зайчик лыжник»; (конструированию) «Стадион».

Просматривали мультфильмы: «Азбука здоровья: Распорядок»; «Азбука здоровья: Воздух для вдохновения»; «Смешарики: Чистые руки». Дети с большим удовольствием отвечали на вопросы, участвовали в беседах.

Проводили подвижные игры: «Кто быстрее», «Я лучше и аккуратнее всех сложу одежду», «Ровным кругом», «Веселые ребята»,

«Догони соперника», «Будь внимателен», «Эстафета парами», «Прыгни - повернись», «Пингвины». Играли в сюжетно-ролевые игры: «Детский сад», «Семья», «На зарядке», «Поликлиника».

Большое внимание было уделено организации питания в сервировке стола, культуре приема пищи, режиму питания.

В приемных групп были организованы выставки детских рисунков по теме: «Витамины я люблю быть здоровым я хочу!».

Работа с родителями была организована как средство воздействия - пропаганда здорового образа жизни. Проводились беседы и давались консультации на тему: «Рациональное питание - залог здоровья», «Формирование здорового образа жизни детей дошкольного возраста», «Воспитание правильной осанки», «Питьевая вода и здоровье ребенка». В каждой группе воспитатели разместили «уголке для родителей» полезную информацию, где родители могли узнать подробнее об оздоровительных мероприятиях. Подготовили 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», «Хорошо здоровым быть!»

8 апреля, в рамках «Всемирного Дня здоровья», в нашем детском саду прошли мероприятия физкультурно-оздоровительной направленности..

В этот день педагоги ДОУ подготовили и провели спортивное развлечение «День здорового смеха», спортивный досуг «День Здоровья», в котором участвовали все дошкольники. Детям были предложены занимательные, иногда очень непростые конкурсы, где они смогли проявить свои спортивные навыки. Ребята с большим удовольствием участвовали в досугах, развлечениях, беседах, эстафетах, которые были запланированы и организованы педагогами ДОУ.

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