

«Месячник здоровья в старшей группе №6»



Смирнова Анна Александровна

Забота о здоровье- это
важнейший труд воспитателя. От
жизнерадостности, бодрости детей
зависит их духовная жизнь,
мировоззрение, умственное развитие,
прочность знаний, вера в свои силы.

В.А. Сухомлинский



Здоровье-это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов.
(Всемирная организация здравоохранения)





Цели и задачи проекта:

Цель:

Сохранение и укрепление здоровья детей старшего дошкольного возраста как основа личностного, эмоционального и физического развития.

Задачи:

Снижение заболеваемости.

Сохранение и укрепление здоровья детей.

Формирование привычки к здоровому образу жизни.

Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности.

Привитие культурно-гигиенических навыков.

Закаливание организма.




В целях совершенствования работы по сохранению и укреплению здоровья, воспитанию культурно-гигиенических навыков, формированию начальных представлений о ЗОЖ, формированию у детей бережного отношения к своему здоровью в старшей группе «Петушок» был разработан план проведения месячника здоровья.






Мероприятия:

1. Викторина «Полезные привычки- вредные привычки»
2. Чтение произведений К.И. Чуковского «Мойдодыр», «Федорино горе», «Айболит».
3. Беседы «Я и моё здоровье», «Моя одежда».
4. Показ презентации «Мы со спортом очень дружим».
5. Беседа о правильном и здоровом питании.
6. Оформление стенда для родителей «Не забудьте о закаливании».
7. Викторина «Что мы знаем о спорте».
8. Беседа «Зимние олимпийские игры в Пекине».
9. Формирование папок о спорте.
10. Рассматривание с детьми энциклопедий «Тело человека»

- 
11. Размещение информации в уголках для родителей на тему: «В здоровом теле- здоровый дух!».
 12. Индивидуальные беседы с родителями о здоровье ребёнка.
 13. Оформление стенда для родителей «Растим здорового ребёнка», «Здоровый образ жизни семьи».
 14. Рассматривание картин о спорте.
 15. Игры с детьми в сюжетно-ролевые, дидактические, спортивные подвижные игры.



Так же в течение всего месяца велась ежедневная профилактическая работа:

1. Оздоровительная утренняя гимнастика.
2. Гимнастика пробуждения.
3. Ходжение по дорожкам здоровья.
4. Дыхательная гимнастика.
5. Пальчиковая гимнастика.
6. Гимнастика для глаз.
7. Обширное умывание.
8. Артикуляционная гимнастика.
9. Физкультминутки.
10. Полоскание рта после еды.
11. Точечный массаж.
12. Подвижные спортивные игры.
13. Соблюдение культурно-гигиенических навыков.

Обширное умывание и мытьё как можно чаще рук до локтя.
Обязательное полоскание рта после каждого приёма пищи.



Подвижные и спортивные игры
подбираются в соответствии с возрастом
ребёнка, местом и временем проведения



Занятия-беседы, с использованием энциклопедий, картинок, презентаций.



Игра в настольные и
дидактические игры,
картинки: «Виды
спорта»



И обязательно зимние
развлечения.



Информация для родителей,
где можно познакомиться с
консультациями о здоровье,
правильном питании





Месячник здоровья является не только одним из множества составляющих процесса физического воспитания дошкольников, но и универсальным средством решения многих важных педагогических задач, главная из которых - растить детей здоровыми, сильными и жизнерадостными. Это особое время, в течение которого проходят различные конкурсы, соревнования, беседы, тренинги с участием детей, педагогов и родителей.

2022 год

