

День Здоровья в подготовительной к школе группе «Солнышко».

В преддверии Всемирного дня здоровья в подготовительной к школе группе «Солнышко» были проведены беседы с воспитанниками о здоровом образе жизни, правильном питании, физкультуре и спорте. Были оформлены папки-передвижки, обновлен информационный стенд, пополнена и оформлена подборка консультативных материалов для родителей.

7 апреля были организованы и проведены акции как для родителей: «Зеленый свет здоровью» и «Цветок здоровья», так и для детей «В здоровом теле - здоровый дух».

Воспитанники группы «Солнышко» вместе с воспитателем Кесаевой Изабеллой Владимировной и инструктором по физической культуре Давыденко Мариной Валерьевной вышли во двор детского сада, для того, чтобы напомнить окружающим о том, как важно заботиться о своем здоровье и вести здоровый образ жизни.

В ходе акции «Зеленый свет здоровью» педагоги повязывали на запястье родителей зеленую ленточку, символизирующую здоровье, желали всем родителям и их детям здоровья, позитива и бодрости духа.



Центром внимания акции «Цветок здоровья» стал опрос родителей. Им предоставлялась возможность проголосовать за одно или несколько правил ЗОЖ, представленных в виде лепестков цветка, нарисовав на нем смайлик.



Акция для детей «В здоровом теле - здоровый дух» состояла из двух частей:

1. оздоровительного бега;

2. эстафет.

Оздоровительный бег проходил в центральном городском парке, детям было предложено в спокойном темпе пробежать 100 м. с постепенным замедлением темпа и переходом на обычную ходьбу с выполнением дыхательных упражнений, а затем упражнений стоя на расслабление мышц (2 -3 минуты).

В эстафетах и беге активное участие принимали воспитатель группы и родитель воспитанника Харебова В. Байсангурова М.К.



Дети получили огромный заряд бодрости, хорошее настроение, а свежий воздух наполнил лёгкие кислородом и закалил организм.

