



В рамках Мероприятий по профилактике заболеваний и поддержке здорового образа жизни, которые проводятся в нашем городе с 5 декабря 2022 года по 08 января 2023 года в группе «Рябинка» (5-6 лет) с детьми прошли первые мероприятия. С детьми были проведены беседы «Личная гигиена», «Режим дня»; итогом обсуждения этих важных моментов в жизни каждого человека стала викторина «Как стать Неболейкой». Кроме того, ребята с удовольствием поиграли в сюжетно-ролевые игры «Семья», «Магазин овощи и фрукты». В процессе работы по ЗОЖ у детей закрепляются основные гигиенические навыки, чтобы появилось понимание их значения и важность для здоровья. Также главным является приучить каждого ребенка систематически, ежедневно выполнять все четко и правильно. У детей уже сформированы представления о правильном режиме дня, о пользе его соблюдения для своего здоровья и окружающих.

Во время игры мы с ребятами уточнили представления об овощах и фруктах, их значении для здоровья.

Провели беседу про витамины. Дети знают, что витамины бывают не только в таблетках. Витамины живут еще и в разных продуктах. Особенно витаминов много в овощах и фруктах, что делает их вкусными и полезными. Витаминов много, у каждого есть свое название, все они важные, но самые главные из них «А», «В», «С». Закрепили знания в сюжетно-ролевых играх «Магазин-овощи и фрукты»: дети с удовольствием покупали в магазине (яблоки и груши, бананы и апельсины, помидоры и огурцы, капусту и лук). В игре «Семья», учились готовить вкусную и здоровую пищу, уточнили из каких продуктов, что можно приготовить». Ребята сами распределили роли и включились в процесс игр. Готовили пирог из овощей. Вкусные напитки из ягод и угощали своих гостей, свою семью.

В ходе викторины «Как стать Неболейкой», мы вместе уточнили и усовершенствовали понятие «здоровье», правила сохранения здоровья, как проявить интерес к заботе о собственном организме, самочувствию, настроению, связанному с состоянием и укреплением здоровья, силы, выносливости.

Все и девочки и мальчики, изобразили в своих интересных, необычных рисунках, которые оформили картой-схемой, что сопутствует здоровому образу жизни (свежий воздух, питание, овощи и фрукты, спорт, гигиена, режим дня и одежда по сезону и погодным условиям). Проговорили, обобщили, каждый воспитанник представлял свой рисунок, а вместе мы проанализировали события недели и сделали выводы...

Составила и провела воспитатель группы Давлетшина Н.В.







