

## Неделя здоровья в младшей группе «Солнечные зайчики».

*«Знают даже маленькие дети — здоровье главное на свете».*

Каждый день ребят отправлялись в увлекательное путешествие по волшебной стране здоровья, где их ждали интересные беседы, увлекательные занятия, необычные оздоровительные упражнения.

Так в понедельник утро ребят началось с необычной музыкальной зарядки под названием «У жирафа...». Затем ребята отправились в путешествие в витаминную страну, где их ждал зайчик, он рассказал ребятам, чем полезны овощи и фрукты. Ребята помогли своему новому другу собрать урожай.



Во вторник ребятам пришло письмо от сказочного персонажа Мойдодыра, в нём он попросил у ребят помочь мальчику который не хочет умыться. Ребята рассказали, что нужно делать, что бы не превратиться в такого же грязнулю. Ребята внимательно прослушали сказку про зубную щетку и все вместе собирали пазлы, в которых были спрятаны предметы личной гигиены.





Среда прошла под девизом «Я и дома и в саду с физкультурой дружу». Дети рассматривали красочные иллюстрации с разными видами спорта, также в нашей группе была проведена эстафета «Веселые ребята». Дети прыгали в обручи, ходили по скамейкам, играли с мячом и т. д. А ещё ребятам была прочитана сказка К. И. Чуковского «Жил на свете человек», после которой мы вместе обсудили, как не попасть в «скрюченный город», тем самым формируя правильную осанку детей уже с младшего возраста.



Четверг был посвящен здоровому и правильному питанию. С ребятами была проведена беседа «Витаминная семья». Знакомый заяц принёс ребятам вкусные и полезные овощи и фрукты. После чего ребята переодевались во врачей и рассказывали друг другу о пользе и вреде тех или иных продуктов. Затем мы читали стихотворение С. Михалкова «Про девочку, которая плохо кушала» и размышляли о том, что может случиться, если ребята будут так же плохо кушать, как и девочка.



Ну а в пятницу мы подводили итоги нашей оздоровительной недели. Ребята делились своими впечатлениями, рассказывали, что им понравилось больше всего. Мы закрепили правила здорового образа жизни через дидактические игры «Одень куклу на прогулку», «Что нужно Айболиту», «Друзья Мойдодыра» и игры на имитацию движений «Зайцы вышли на зарядку».



А на прогулке дети развивали свою двигательную активность, с помощью подвижных игр.



Очень важно, что бы родители так же уделяли особое внимание здоровому образу жизни детей, поэтому с родителями была проведена консультация на тему: «Здоровье ребёнка в детском саду и дома».



Вот такая интересная неделя здоровья прошла в нашей группе «Солнечные зайчики».



**ПРОДОЛЖЕНИЕ СЛЕДУЕТ...**

