

Отчет о проведении совместной деятельности с детьми по формированию представления о здоровом образе жизни.

Тот, кто с солнышком встает,
Делает зарядку.
Чистит зубы по утрам
И играет в прятки, -
Тот спортивный человек,
И вполне весёлый.
Постарайтесь быть таким
В садике и дома.



Цель: формирование представлений о ценностях ЗОЖ у детей дошкольного возраста.

Задачи: -дать детям понятие о здоровье, здоровом образе жизни;

-активизировать познавательную и речевую деятельность;

- обобщать знания о том, что полезно и вредно для здоровья;

-развивать потребность в простейших приемах само оздоровления (самомассаж)

Детство – уникальный период в жизни человека, в процессе которого формируется здоровье. Все, что приобретено ребенком в детстве, сохраняется на всю жизнь. Важно научить ребенка понимать ценность здоровья для человека, стремиться к здоровому образу жизни.

Именно поэтому в работе с детьми мы уделяем большое внимание здоровому образу жизни.

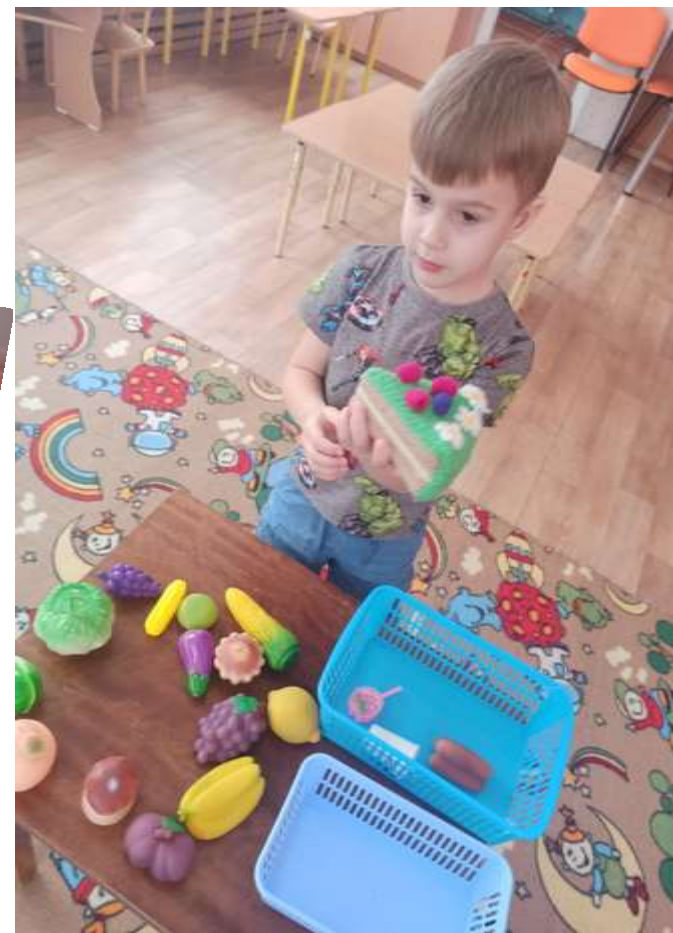
Для достижения поставленных задач мы с детьми:

Читали художественную литературу :К. Чуковский «Айболит», « Мойдодыр»; А.Барто «Девочка чумазая» и др.



Играли в познавательную игру:

«Полезные и вредные продукты»



Играя в игру, детки отделяли вредные продукты от полезных, объясняя свой выбор.

Беседовали о том, что важно следить за своими зубками и наглядно показали, как правильно нужно их чистить.



Пусть запомнят все ребята:

Регулярно мыться надо

И водичкой умываться,

Чтоб расти и закаляться!



Да здравствует мыло душистое,
и полотенце пушистое..

Расскажу тебе, дружок,
Я про носовой платочек
Как он служит? С кем он дружит?
Для чего платочек нужен?
У платочка много дел,
Чтобы носик не сопел,
Вытирает чисто он его,
Не оставит ничего.
А еще платочек нужен,
Чтоб спасти мой нос от стужи.
Нужен он мне и для слез,



Ну а если уж всерьез,
Для здорового дыхания,
Для культурного чиханья!



Чтобы понять для чего же все - таки нужен носовой платок, мы с ребятами провели эксперимент. Для этого мы набрали воду в пульверизатор и брызнули на ручки, руки оказались мокрыми. Из этого мы с ребятами сделали вывод, что и при чихании, если не прикрываешь рот, слюна разлетается в разные стороны, это не очень приятно и не культурно. Поэтому всегда нужно пользоваться носовым платком.

Ну а для того чтобы укрепить свой иммунитет мы ему можем помочь, делая ежедневно самомассаж.
На теле человека есть много-много точек. Которые соединены с разными органами. И если выучить эти точки, то можно себе помогать, когда заболеваешь.

Гномик в пальчиках живет,
Он здоровье нам несет.
Раз, два, три, четыре, пять,
Начал гномик наш играть,
Кулачком у носа кружочки рисовать,
А потом поднялся выше
И скатился сверху вниз.
Гном в окошко посмотрел,
Засмеялся, улетел.
Гном нашел у глаза точку,
Вправо, влево покрутил,
На другую надавил,
А потом спустился ниже -
Прямо к роту поближе,
За ушами прятался,
Смеялся надо мной
И хотел играть со мной.
Раз, два, три, четыре, пять,
Я решил его поймать.
Гнома я в бровях ловил,
А он по кругу все ходил,
Вот гномик наш и умолк
И пустился наутек.
Мы возьмем его в ладошки,
Помашем ручками немножко.

