муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

города Новосибирска

«Детский сад № 44 комбинированного вида «Мозаика»

Доклад

**«Тематическая неделя** «**Законы Здоровья»**

**Подготовила:**

**Макарова Яна Юрьевна**

инструктор по ФК первой квалификационной категории

Новосибирск 2023

Оздоровление детей в полной мере может достигнуть развивающего эффекта только тогда, когда организована своевременная работа по развитию двигательной функции детей. Поэтому, я считаю, что необходимо создавать все более новые, усовершенствованные, педагогические формы работы, которые будут способствовать развитию физического и эмоционального состояния детей в движении.

Детский смех, радостные улыбки родителей, заряд бодрости, веселое настроение - именно такой запомнилась неделя здоровья прошедшая под девизом «Законы Здоровья» в детском саду «Мозаика».

Задача данного мероприятия – привлечь детей, родителей и сотрудников к здоровому образу жизни.

Творческой группой педагогов был составлен план работы по оздоровлению детей на неделю, подготовлен сценарий, распределены роли, определены задания для каждой возрастной группы.

Каждый день на «Неделе Здоровья», в группах провозглашался новый закон, а именно:

- понедельник - «Здоровье – это здоровое, сильное и чистое тело!»

- вторник - «Здоровье – это правильное питание!»

- среда - «Здоровье – это прогулки и игры на свежем воздухе!»

**-** четверг - «Здоровье – это доброе сердце!»

**-** пятница - «Здоровье – это режим дня! Свобода от гаджетов!»

Деятельность в группах была очень разнообразной и направленной на соблюдение провозглашённого Закона Здоровья.

Воспитатели всех возрастных групп проводили с детьми:

- занимательные беседы и тренинг «Эмоции»

- игры на развитие внимания и ориентации в пространстве «Перекати мяч, используя только ноги, руки и т.д.», «Найди нужное кольцо»

- выполняли с детьми упражнения, направленные на укрепление и развитие дыхательной системы «Сдуй пластиковые стаканчики со стола»

- упражнения на укрепление и развитие опорно-двигательного аппарата «Сверни тканевую дорожку при помощи пальцев ног и не урони пластиковый стакан с водой, стоящий на ней»

- упражнения на укрепление и развитие зрительных мышц «Гимнастика для глаз»

- читали художественную литературу и организовывали просмотр тематических мультфильмов с последующим обсуждением сюжета «Королева Зубная Щетка», «Ох и Ах», «Советы доктора Градусника»

**-** ставили необычные опыты и эксперименты «Кто победит: молоко или кока-кола?», «Как превратить яйцо в мяч», «Что скрывается в чипсах?», «Сок из свежих овощей и фруктов»

**-** выращивали лук на подоконнике группы и изготавливали с детьми тематические плакаты.

Каждый день в детском саду начинался с бодрящей утренней гимнастики с «Весёлыми Витаминками».

Неделя Здоровья открыла двери не только для юных воспитанников, но и для их родителей. Родители вместе с детьми изготавливали агитационные плакаты «Здоровые зубки», «Чистое и здоровое тело», «Правильно питайся – здоровью улыбайся», демонстрационные макеты «Добрый друг - Мойдодыр», «Наше тело устроено так…» и другие.

В холле рядом со спортивным залом педагогами была организована тематическая выставка из детско-родительских проектов.

Родители воспитанников приняли активное участие в открытых игровых физкультурных занятиях «Кто законы здоровья соблюдает, тот всегда здоров и не унывает!». Дети и родители были в восторге, получили огромный багаж знаний, заряд бодрости и веселого настроения!

В последний, завершающий день «Недели Здоровья», для воспитанников нашего ДОУ была организована игра-квест «Ох, Ах и Законы Здоровья».

К ребятам пришли «Ох» и «Ах», герои советского мультфильма. «Ах» очень хотел, чтобы его друг «Ох» стал жизнерадостным и активным, поэтому привёл его в детский сад. «Ах» взял с собой свои рисунки «Законы Здоровья», хотел показать ребятам, но по дороге растерял. Поэтому «Ах» обратился к ребятам с просьбой найти рисунки, ребята охотно согласились. Во время поисков они встретили «Здоровейку», профессора «Всезнайку», доктора «Неболейку» и «Вреднюльку». На каждой станции, ребята вспоминали Законы Здоровья и закрепляли свои знания в ненавязчивой игровой форме. Необходимо было выполнить разные задания, предложенные сказочными персонажами для того, чтобы потерянные рисунки оказались у ребят. После прохождения четырёх станций со сказочными персонажами, ребята вернулись к «Аху» и «Оху» с четырьмя рисунками. Пятый рисунок «Ах» и «Ох» нашли самостоятельно. Таким образом, с помощью игры-квест, прошло закрепление знаний детей о Законах Здоровья.

Проводя Неделю Здоровья с детьми, мы не только помогаем им расти здоровыми, но и ненавязчиво воспитываем их. Игровые физические упражнения позволяют детям справиться со своей неуверенностью и настороженностью, подвижные игры помогают преодолеть страх.

Через организацию спортивных развлечений и праздников, у детей формируются личностные качества - дисциплинированность, целеустремленность, сила воли. А ведь именно их порой так не хватает детям…

Не остались в стороне и сотрудники ДОУ. Солнечным и тёплым субботним утром, для сотрудников был организован «Здоровый субботник». Все желающие приняли активное участие в играх и эстафетах, посвящённых «Законам Здоровья» и их соблюдению. Данное мероприятие подарило заряд бодрости участникам и огромное количество положительных эмоций!

Организация таких мероприятий, как «Неделя Здоровья» - работа, не имеющая готовых технологий и рецептов. Её успех определяется интуицией, инициативой и творчеством педагогов, их умением стать профессиональными помощниками в семье. Но только в гармоничном взаимодействии детского сада и семьи можно добиться положительных результатов работы как в здоровьесберегающем направлении, так и в любом другом.

Когда все вместе это класс, это шаг к здоровью, и чем раньше он будет сделан, тем он будет успешнее!