**Всемирный день здоровья.**

(Информация для родителей).

В нашей стране 7 апреля отмечается Всемирный день **здоровья,** и мы в нашей группе в честь этого провели акцию «Неделя **здоровья**». Хотя, забота о здоровье детей является одним из приоритетных направлений нашей группы, осуществляется постоянно. Ежедневно утро в группе начинается с **ритмичной** утренней гимнастики **под детскую веселую песенку.** Дети получают заряд бодрости и хорошего настроения. **Ежемесячно проводим** физкультурные праздники и досуги, спортивные соревнования. Они помогают детям **весело**, легко и радостно приобщаться к **здоровому образу жизни**, к физической культуре и спорту.

Но, вернёмся к акции «Неделя здоровья»: ежедневно, **после питательного и полезного завтрака мы проводили увлекательные беседы: «Для чего люди здороваются»,** «Здоровый образ жизни», «Полезные и вредные привычки», «В**итамины - защитники организма», «Что значит быть здоровым?». Беседуя, мы выяснили, что ребятишки знают о здоровом образе жизни, о полезных и вредных привычках, о пользе** здорового образа жизни.

Мы пригласили к нам в группу наших выпускников, которые, занимаются спортом и участвуют в ВФСК ГТО. Они рассказали детям, в каких видах спорта участвуют, показали свои значки ГТО. Они также показали некоторые упражнения, которые выполняют ежедневно и научили детей, как качать пресс, делать отжимание от пола. Рассказали детям о значении физкультуры и спорта для **здоровья человека**. Вместе с гостями, **провели веселые игры-эстафеты:** «В з**доровом теле - здоровый дух**». Дошкольники лихо преодолевали препятствия, показали свои умения в прыгучести, ловкости и смекалке и получили положительные эмоции и заряд энергии.

На прогулке мы провели наблюдение за спортивным оборудованием на игровых площадках. Поговорили, как использовать это оборудование, какие правила безопасности нужно помнить во время игр на спортивном оборудовании.Поиграли в дидактическую игру «Так опасно, или нет?» и любимые подвижные игры: «Хоровод», «Карусель», «Догонялки». После прогулки провели пальчиковую игру «Человеку нужно есть».

Работу по приобщению детей к ЗОЖ продолжали и во второй половине дня Проснувшись, выполнили с детьми гимнастику пробуждения и играли

в дидактические игры: «Что полезно, а что вредно для **здоровья**», «Что хорошо, что плохо для организма», «Угадай вид спорта». На основе серии сюжетных картинок, дети составляли рассказ на тему «Правильное питание» **и проверили свои знания о полезных и вредных продуктах.** Играли в сюжетно-ролевые игры «Спортсмены», «Хоккеисты», «Лыжники», где ребятишки отражали полученные знания и впечатления и обыгрывали изготовленные атрибуты (медали). Раскрашивали странички из альбома «Спорт - наш друг», рисовали и лепили спортивные снаряды, инвентарь.

**Дети были в восторге от «Недели здоровья», они получили заряд бодрости и хорошего настроения, много знаний, потом еще долго желали друг другу здоровья! Этот период прошел с пользой для здоровья, ведь недаром говорят: «В здоровом теле - здоровый дух!»**

**Регулярное проведение подобных мероприятий способствует укреплению физического и психического здоровья, формированию ценностного отношения к здоровому образу жизни у дошкольников.**

К воспитанию **здорового образа жизни** привлекаем и вас родители наших воспитанников. **Накануне праздника мы предложили вашему вниманию информационный стенд на тему: «Что значит быть здоровым?» и папку-передвижку** «Закаливание детей в домашних условиях»**. Надеемся, что данный материал будет вам полезен, и вы будете применять наши советы на практике. Желаем здоровья вам и нашим воспитанникам**