

## День здоровья в группе «Рябинка»

Дети - это наше будущее и, чтобы наше будущее было здоровым, нужно с малых лет прививать детям навыки здорового образа жизни, воспитывать в них бережное отношение к своему собственному здоровью, приучать к правильному питанию и к активному занятию спортом. Здоровый образ жизни - основополагающий фактор физического и нравственного развития ребенка, его гармоничного существования в обществе.

Здоровье - это наше все! Поэтому необходимо беречь и сохранять его с раннего детства любимыми способами.

Наш день здоровья начался с зарядки.



Дальше мы закрепляли ранее полученные знания о правилах гигиены. В беседе на тему «Если хочешь быть здоров», дети высказывали свое мнение.

Помимо этого, в течении недели, проводили и другие мероприятия с детьми связанными с "Днем здоровья".

На занятиях дети рисовали, делали аппликации, конструировали из лего конструктора и обычных кубиков.

После крепкого дневного сна – гимнастика пробуждения и ходьба по дорожкам здоровья.



Было организовано чтение художественной литературы: К. Чуковский  
«Мойдодыр», «Айболит».

Вот таким немного шумным, очень веселым и очень активным получился  
наш «День здоровья».



В конце дня прошла психологическая акция. Дети сами выбирали смайлики с объятиями или поцелуями. Приклеили на свой кабинки. Родители забирая ребенка с радостью выполнили эти задания.



Хочется верить, что наши дети сохранят крепкое здоровье на долгие годы жизни.