

## Акция «Мы за здоровый образ жизни!»



Здоровый образ жизни сегодня не только моден, но и действительно необходим! В наше время, когда мы ведем малоподвижный образ жизни, едим, напичканные химией продукты, дышим отравленным воздухом, стоит задуматься и сказать: «Стоп!» вредным факторам. От того насколько мы будем здоровы, зависит наше будущее. В нашем детском саду № 31 «Сказка» прошла Акция «Мы за здоровый образ жизни!»



Основная цель акции: сформировать основы здорового образа жизни у детей, развить интерес к физической культуре и спорту.



В ней приняли участие воспитатели и дети младшей группы «Кроха», их родители и инструктор по физической культуре. Для родителей мы подготовили



консультацию на тему: «Здоровый образ жизни – залог здоровья ребенка» и

рекомендации на тему: «Правила безопасности на прогулке зимой».

И был проведен конкурс на лучшую семейную стенгазету «В здоровом теле здоровый дух».

С детьми были проведены беседы на темы о здоровом образе жизни. Так же проводились циклы мероприятий, посвященные формированию культуры здоровья у детей: утренняя гимнастика, прогулки, закаливающие мероприятия, подвижные игры.

Родители понимают, что и в семье важно прививать детям навыки здорового образа жизни. И в первую очередь своим примером, стараются заинтересовать ребенка.

Организовывают игры во время совместных прогулок.

