

## Акция «В здоровом теле здоровый дух!»



Серьезной проблемой в последние годы становится малоподвижность детей. Это плохо сказывается на физическом здоровье детей. А нам хочется видеть детей здоровым, бодрыми, ловкими, сильными и развитыми.

В нашем детском саду № 31 «Сказка» прошла акция «В здоровом теле здоровый

дух».

Цель нашей акции заключалась в создании максимально благоприятных условий для укрепления гармоничного физического развития ребенка, формирование потребностей в здоровом образе жизни.



В ней приняли участие дети старшей группы «Гномики», их родители и инструктор по физической культуре.

Для родителей были также подготовлены буклеты и консультации: «ЗОЖ и семья», «Правила закаливания».

Родители так же активно принимали участие в акции. Родители – это самый яркий пример для своих детей.

Регулярно в нашей группе проводились циклы мероприятий, посвященные формированию культуры здоровья у детей: утренняя и ритмическая гимнастика, прогулки, закаливающие мероприятия, игры физической культуре

С детьми мы беседовали о здоровом образе жизни, о правильном питании и пользе закаливания, разучивали пословицы и поговорки о спорте и о здоровом образе жизни.

В совместной деятельности с взрослыми дети определили, какие продукты полезны для организма, а какие нет.

В дальнейшем мы планируем проводить больше таких акции.

