



«Неделька»

№ 3, март – 2010 г.



МДОУ ЦРР д/с «Золотой ключик»

Неделя здоровья

Тема «Я и моё здоровье»



Здоровья день- день красоты,
Его все любят - я и ты.
И все вокруг твердят всегда:
«Здоровым быть - вот это да!»
Вот это да, вот это да,
Как хорошо, когда всегда,
Здоровье есть и красота!



Физкульт привет, ребята! Я Цветок Здоровья. Так спортсмены приветствуют друг друга. Приветствую и я вас. И не только приветствую, а хочу подарить вам новый номер газеты «Неделька».

Эта газета необычная—она посвящена Неделе здоровья. В ней вы найдёте много интересного и познавательного о здоровье и спорте. Кроме того, в ней размещены работы детей и родителей детского сада «Золотой ключик». А, может быть, вы увидите на фото себя или своих друзей. А ещё у вас появилась отличная возможность стать авторами статей, рисунков, фотографий которые появятся в следующих номерах газеты.



Желаю удачи! Будьте здоровы!

Будь здоров, не болей,
Это просьба всех людей.
«Здравствуй» стоит лишь сказать,
И не надо объяснять:
Быть здоровыми хотим
И об этом говорим.



Мудрые мысли - о здоровье

"Единственная красота, которую я знаю, - это здоровье".

Генрих Гейне

"Кто не может найти время для занятий спортом, тот вынужден будет искать его для лечения болезней".

Лорд Дерби

"Здоров будешь - всего добудешь".

"В здоровом теле - здоровый дух".

"Здоровому все здорово".

"Здоровье всему голова".

"Здоровье дороже денег".

"Здоровье не купишь – его разум дарит"





Здоровье—это нормальная, правильная деятельность организма.

Змановский Ю.Ф. сказал: *“Здоровье—это состояние устойчивости, невосприимчивости организма к экстре-*

мальным, т.е. неожиданно возникающим, патологическим воздействиям”.

Приход ребёнка в ДОУ становится одним из сильнейших стрессовых моментов в его жизни, а так как в детском саду он находится значительную часть времени—охрана и укрепление его здоровья является приоритетной задачей оздоровительного учреждения.

Для реализации деятельности по сохранению и укреплению здоровья и физическому развитию детей нами была создана модель здоровьесбережения. Она служит основой при планировании медико-профилактической и физкультурно-оздоровительной работы.

Основными направлениями этой работы являются:

- создание благоприятной здоровьесберегающей среды в образовательном учреждении;
- широкое внедрение в практику работы с детьми здоровьесберегающих технологий;
- воспитание потребности в здоровом образе жизни у детей и родителей;
- формирование культуры здоровья;
- пропаганда ЗОЖ в семье, через проектную деятельность (Неделя здоровья).

Для осуществления деятельности по оздоровлению детей и воспитанию у них потребности заботиться о своём здоровье создана здоровьесберегающая среда:

- спортивный зал, спортивная площадка с набором стандартного физкультурного оборудования;
- бассейн, сауна;
- физкультурные уголки в группах;
- медицинский, прививочный и массажный кабинеты.

Для выполнения комплекса мероприятий, направленных на сохранение и укрепление

здоровья всех участников образовательного процесса, нами активно используются здоровьесберегающие технологии: медико—профилактическая; физкультурно—оздоровительная; технология обучения навыков ЗОЖ; технология обеспечения социально-психологического благополучия; коррекционная технология; технология правильного питания; технология валеологического просвещения родителей и др.

Широкое применение современного физкультурного оборудования (мягкие игровые модули, тактильные и следовые дорожки, балансиры, мячи и обручи разного размера) вызывают у детей активное желание к игровым действиям в зале.

На свежем воздухе для активной двигательной деятельности детей используются: санки, лыжи, клюшки, снегокаты, снегоступы, велосипеды, скакалки, мячи разного размера.

Большая роль по укреплению здоровья детей отводится мероприятиям по закаливанию: гимнастика после сна; полоскание рта водой; игровой массаж; босохождение; обширное умывание и обливание стоп; облегченная одежда; прогулки.

Кроме этого проводятся профилактические мероприятия: массаж; ЛФК; кварцевание; фито и витамино—терапия.

Все вопросы воспитания здорового ребёнка решаются в тесном контакте с семьёй:—проведение родительских собраний, вовлечение родителей в спортивно-оздоровительную работу детского сада (походы, досуги, праздники, Недели здоровья и др.). Самое ценное в этих мероприятиях то, что они служат хорошей школой для обогащения практического опыта. Весёлая, здоровая атмосфера игр и развлечений способствует пробуждению у взрослых интереса к общению со своими детьми.

Таким образом, забота о здоровье детей прослеживается во всех направлениях организованной жизни детского сада.



*Сыстерова Л.К.
инструктор по плаванию.*



Уже 8 лет в ДОУ реализуется проект «Неделя здоровья». На протяжении этой недели образовательная деятельность обогащается игровым материалом и проводится в разнообразных интересных формах.

Проект предусматривает общий утренний сбор детей, где перед детьми разыгрывается проблемная ситуация, над решением которой все участники проекта работают в течение дня.

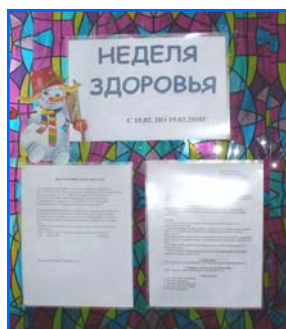
Особенность Недели здоровья состоит в том, что каждая возрастная группа выделяет для себя проблему (с учётом возрастных особенностей) и решает ее в рамках проекта, привлекая родителей, медицинских работников и специалистов ДОУ. Это позволяет интегрировать сведения из разных областей знаний и применять их на практике.



При организации Недели здоровья, большое значение имеет работа с родителями.

Воспитатели в уголках для родителей помещают объявления о предстоящей Неделе здоровья и приглашают их вместе с детьми принять участие в конкурсах творческих проектов: «Снеговики», «Молочная река»;

- реализуют мини-проекты: «Чудо - транспорт», «Вредно, полезно, необходимо»;
- являются авторами книжек – раскладушек: «Сказочный справочник здоровья», «Бабушкин сундучок»; участниками игр и игровых упражнений соревновательного типа;
- помогают в организации и проведении экскурсий, пешеходных прогулок;
- изготавливают нестандартное физкультурное оборудование.



В течение всей Недели здоровья мы стараемся увеличить время пребывания детей на воздухе, включая в дополнительное время:

- пешеходные прогулки за пределы детского сада;
- экскурсии в библиотеку, магазин, спортивный комплекс «Дельфин», на почту;
- спортивные развлечения: «День лыжника», «Чудо-транспорт», «День хоккея»;





С 15 февраля по 19 февраля в детском саду прошла Неделя здоровья

«Я и моё здоровье».



Злая колдунья в садик пришла,
Мальчика Ваню с собой забрала.
Маша – сестра за ней побежала,
Но злая колдунья куда-то пропала.



В страну Болючку нас привёл
Цветок волшебный, сказочный.
Здесь приключения нас ждут,
И целый мир загадочный.



Город Неумех повстречался в пути,
В нём неумехи, нам никак не пройти.
Там мы буквы изучали, карты – схемы рисовали,
Чтоб Ванюшу отыскать и нигде нам не блуждать.
Мы лепили, рисовали, пели песни, танцевали.
Сказки разные читали, origami создавали.

«Город мастеров и мастериц»
аппликация 11 группа



«Аленький цветочек»
10 группа



«Домик для Дюймовочки»
аппликация 7 группа



Коллективная работа
«Волшебная бумага» 1 группа

Физкультурой, как всегда, занимались на ура!
На прогулку собирались, очень быстро одевались.
Там мы бегали, играли, крепость снежную создали.
С горки весело катались и в хоккей все наигрались.
За обедом, всем на диво, было вкусно и красиво.
Чтобы дальше нам шагать и в дороге не устать,
Нужно дружно лечь в кроватки и немножечко по-спать.

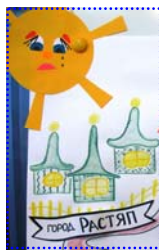
Жил кораблик, весёлый и стройный
Над волнами, как сокол, парил.
Сам себя, говорят, он построил.
Сам себя, говорят, смастерил.



Подготовительная группа № 10



Мама платье сшила дочке
И остались лоскуточки.
Лоскуточки мы возьмём.
Кукле платьице сошьём.



«Опасные предметы»
группа № 8.



город Растяп

Вудерофасту Чиву, окляк проживает,
Иако сим старатоя жиставляет.

Учит лужи создавать,
Весело по ним шагать.
По дороге пробежать,
В догонялки поиграть.
Любит кашей рисовать
И сосульки разгрызть.
Этикет она не знает,
Крыской всех вокруг пугает.
Не хотим мы быть такими!
Будем мы совсем другими!



«Тили—бом, тили—бом, загорелся
Кошкин дом». Аппликация 1 группа.



К растяпам пришли на помощь дети
и родители подготовительной группы
№ 10 и подарили им
«Книгу правил».

Если ты газ зажигать не умеешь,
Не подходи, иль потом пожалеешь...
Очень опасно к плите приближаться:
Может она загореться, взорваться...
Мама сама всё согреет и сварит,
Суп приготовит и чайник поставит.
Ты же, малыш, не спеши: подрастешь,
Спичкой конфорку ты сам подожжешь!

По деревьям лазить
Очень интересно.
Только это трудно
Каждому известно.
Можно напороться
На корявый сук,
Или может ветка
Выскользнуть из рук...
Падать очень больно
И разбиться можно...
Так что уж, ребята,
Будьте осторожны!



Савин Никита



Холодная сосулька
Вкуснее леденца!
Такую бы конфетку
Лизать мне до конца!
Но вот лежу с ангиной.
И мне гулять нельзя...
Послушайте: не надо
Сосульку есть, друзья!

Кристина Потапцева
и папа.



Ксюша Овдиенко
и дядя.

Дети 9 группы испекли колобок,
У него румяный бок.

На окошке он лежал,
Прыгнул вдруг и убежал.
Горько плачут дед и баба,
Слёзы проливают.
Потерялся Колобок,
Лес совсем не знает.
Раз, два, три, четыре, пять
Будем Колобка искать.
По тропинке мы пошли,
Мячик встретили в пути.
С ним мы дружно поиграли.
Через ленточку бросали,
Ловкость, меткость, прояв-
ляли.
Колобка мы отыскали
Обнимали, объясняли:
Гулять опасно одному,
Можно заблудиться
И в болото провалиться.



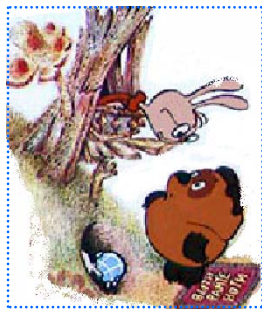
У детей группы № 4 побывал в гостях постовой
Мишутка и познакомил их с правилами поведения
на дороге.



Правил дорожных на свете не мало,
Все бы их выучить нам не мешало,
Но основное из Правил движенья
Знать, как таблицу должны умноженья:
На мостовой не играть, не кататься,
Если ты хочешь здоровым остаться!



город Сладкоежек



Волшебную кашу
На завтрак едим.
Красивыми, сильными
Стать все хотим!
Вы полюбуйте
На наших ребят,
Кашу волшебную
Есть каждый рад!



Группа №7

Ребята 8 группы, в подарок
Вини Пуху составили кол-
лаж «Витаминная семейка»
и посоветовали ему:



Помни истину простую -
Лучше видит только тот,
Кто жует морковь сырую
Или пьет морковный сок!

Чтоб здоровым, сильным
быть,
Надо овощи любить,
Все без исключения!
В этом нет сомнения!



Очень нас развеселил
Вини Пух—дружище,
Он не знал, что чипсы, колу
Кушать не годиться.
Мы и здесь не поленились,
Красками вооружились,
Натюрморт уже готов
«Что полезно для зубов».



Группа №9



Альбом «Вкусные истории»
оформили родители и дети
группы №3 в котором подели-
лись рецептами вкусных
и полезных блюд.

Вы больше конфеты мне не
дарите,
Сладких орехов вы мне не
дарите.
Не надо мне шоколад
покупать,
Ведь нужно мне организм
укреплять.
Морковку капусту вы мне
подарите,
Бананов и яблок вы мне
купите.
Фрукты и овощи всем нам
нужны,
И витамины очень важны.
Я буду здоровым и сильным
всегда,
Мне в этом поможет здоровая
еда.



Итогом «Дня чистых тарел-
лок» (группа №1) стала вы-
ставка рисунков «Моя люби-
мая тарелочка».



Это - ложка,
Это - чашка,

В чашке -гречневая кашка.
Ложка в чашке побывала—
Кашки гречневой не стало!

Как же так?

-удивляется кукла Маша.
Дети (8 и 6 групп) познако-
мили Машу с разными сор-
тами круп и составили алго-
ритм приготовления каши.



Алёна Борисенко

Сидит на ложке, свесив
ножки. (Ланша)

Сама не ем, а людей
кормлю. (Ложка)





Город Хныка



Город Хныка стоит на пути,
Туда обязательно надо зайти!
Плакса—принцесса там проживает,
Весь день слёзы льёт, грустит и скучает.
Но, вдруг, попала в детский сад,
Увидела наших весёлых ребят.
И сразу она изменилась,
Играть, танцевать научилась.
Сказку ребятам она показала
О том, как Цветочек здоровья спасала.
Детишки смеялись до слез, танцевали
И даже не капли они не устали.
Весёлый денёк получился у всех,
Ведь любят все дети шутки и смех!

Слушай, сказочный народ,
Собираемся на сход.
Поскорее в строй вставайте
И зарядку начинайте!
Раз, два, три, четыре, пять—
Любим сказки мы читать.
Про Цокотуху, Бармалея -
Злого, страшного злодея.
Айболита, Мойдодыра,
Тараканище и Крокодила;
Зайчиков, лисят, лягушек
И других смешных зверушек.



Лечит маленьких детей,
Лечит птичек и зверей.
Сквозь очки свои глядит
Добрый доктор

Толстяк живёт на крыше
Летает он всех выше



Скрипит зубами, водит носом
И русский дух не переносит.
Старуха с костяной ногой
Зовётся



Группа №1

Бабушка девочку очень любила,
Красную шапочку ей подарила.
Девочка имя забыла своё...
А ну, подскажите имя её.



В группе выросли цветы
Небывалой красоты.
Раз, два, три, четыре,
пять—
Кто сумеет их назвать?
Будем хором говорить.
Ну а ты иди водить!



Группа №11

Не лежалось на окошке.
Покатился по дорожке...

Посмотрите, что за
странный
человечек деревянный
На земле и под водой
Ищет ключик золотой?





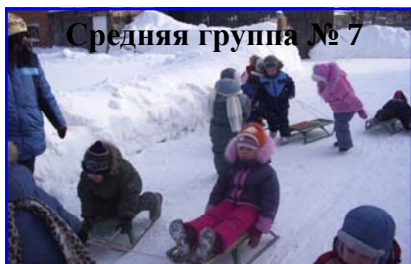
Страна Здоровячков



Тетушка Кашлѐтушка
И дядюшка Чихай
По саду ходили,
Инфекцию разносили.
Кашляли, чихали,
Деток заражали.



Мои санки едут сами,
Без мотора, без коня,
То и дело мои санки
Убегают от меня.
Не успею сесть верхом,
Санки - с места и бегом...
Мои санки едут сами,
Без мотора, без коня.
А под горкой мои санки
За сугробом ждут меня.
Непослушным, скучно им
Подниматься вверх одним.



Средняя группа № 7

Мы выходим на площадку –
Начинается зарядка.
Шаг на месте – два вперед,
А потом наоборот.



Подготовительная группа № 10



Вот мы в городе Здоровья
Начинаем новый день.
Весь режим мы соблюдаем
И работать нам не лень.
Утром делаем зарядку
Рассчитавшись по порядку.
Зубы чистим, поласкаем.
Моем руки, вытираем.



Чтоб здоровье сохранить,
Чтобы крепким, сильным быть,
С физкультурой и спортом
Очень важно нам дружить!



Нам полезно без сомненья
Все, что связано с движеньем.
Чтоб успешно развиваться,
Нужно спортом заниматься!
От занятий физкультурой
Будет стройная фигура

Подготовительная группа № 3



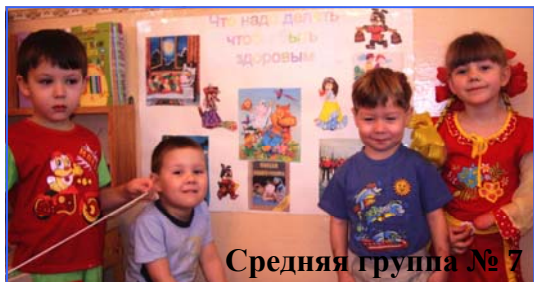
Физкультурой занимайтесь,
И водою обливайтесь,
Соревнуйтесь, кто быстрее,
Ловче, выше и сильнее.
И очень скоро вся страна
Узнает ваши имена!



Гимнастика в постели,
Массажные дорожки...
Мы целый день со спортом
Шагаем понемножку.
С ним с детства мы знакомы,
Ничто нас не пугает,
А вырастим—спортсменами
Великими мы станем.

Средняя группа № 2





Средняя группа № 7

Вот, что отвечали дети на вопрос «Что такое здоровье?»

Когда не болеешь (*Лиза Любынцева*).
Здоровье—это когда чистят зубы. Это спорт.
Это хорошее питание. (*Ксюша Овдиенко*).

Здоровье это когда не болеешь и не кашляешь. Все весёлые и радостные.

(*Максим Тютяков*).

В выходные нужно не спать, а ездить на рыбалку, в лес или ходит на лыжах.

(*Никита Репников*).

Чтобы быть здоровым, нужно есть овощи, фрукты, ходить на лыжах. (*Оля Попова*).
Это солнце, свежий воздух, вода.

(*Аня Холопова*).

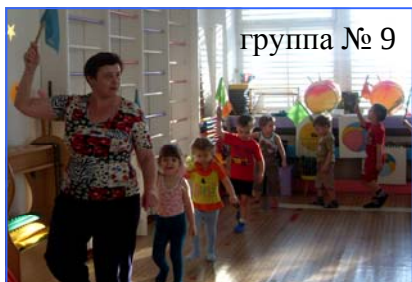
Здоровье—это плавание. Чтобы быть здоровым я дома занимаюсь боксом.

(*Никита Старцев*)

Здоровье—когда хорошо себя чувствуешь.

Чтобы быть здоровым я пью таблетки.

(*Никита Стариков*).



группа № 9

Мы физкультурой занимались,
Чтоб стал железным организм.
И чтоб в здоровом теле
Мускулы твердели.



"Дорогие мои дети! Я пишу вам письмо:
Я прошу вас, мойте чаще ваши руки и лицо.
Все равно какой водою: кипяченой, ключевой,
Из реки, или из колодца, или просто дождевой!
Нужно мыться непременно
Утром, вечером и днем - перед каждою едою,
После сна и перед сном!



На дворе стоит гора -
Веселиться детвора!
Вниз по горке я лечу -
Я лечу, куда хочу!



Средняя группа № 2

Как поел, почисти зубки.
Делай так два раза в сутки.
Предпочти конфетам фрукты,
Очень важные продукты.
Чтобы зуб не беспокоил,
Помни правило такое:
К стоматологу идем
В год два раза на прием.
И тогда улыбки свет
Сохранишь на много лет!



Снует зубная щетка,
Как по морю лодка,
Как по речке пароход
По зубам она идет,
Вверх и вниз, туда-обратно.
Счистим мы налет и пятна.
Чтобы зубки не болели,
Чтоб как зимний снег белели.



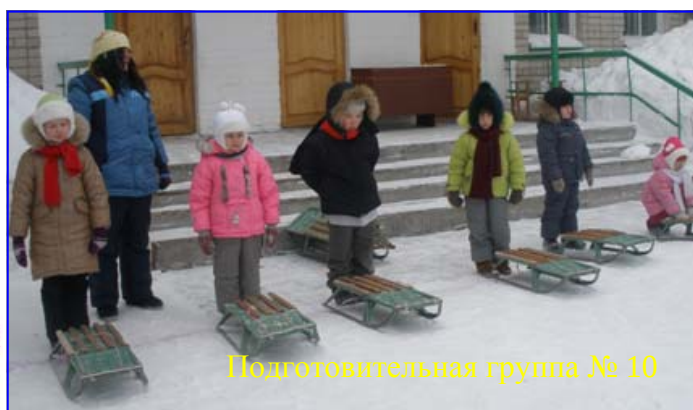
Старшая группа № 6



Старшая группа № 11



Подготовительная группа № 3



Подготовительная группа № 10





Путешествуя по городам страны Болючка дети стали замечать, что названия городов меняются:

город Неумех стал городом Мастеров;
город Растяп стал городом Безопасности;
город Сладкоежек – городом Витаминка;
город Хныка – городом Радости.



А в пятницу дети вместо страны Болючка очутились в стране Здоровячков. Проанализировав все свои действия в течение Недели здоровья, дети пришли к такому выводу :



Здоровье—это труд!



Здоровье - это шутки, смех, радость!



Здоровье - это безопасное поведение!



Здоровье - это правильное питание!



Здоровье - это здоровый образ жизни!





Лыкова Марина Юрьевна

*Жил один фотограф,
Снимал он только добрых.
Только смелых и особых,
Замечательно способных
К настоящему добру!*



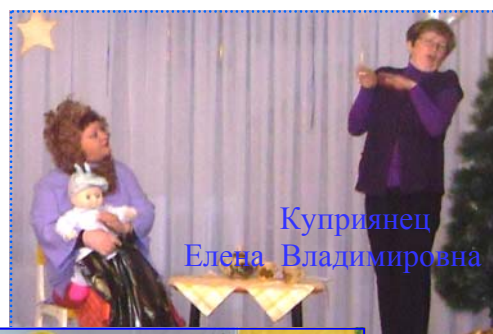
Константинова
Наталья Петровна



Сыстеровая Людмила
Константиновна



Родикова
Наталья Михайловна



Куприянец
Елена Владимировна



Пенкина Наталья Александровна



Гаммершmidt
Ольга Ивановна



Приложение к газете «Педагогическая палитра».
Адрес: Томская обл., Колпашевский р-н, с. Тогур, ул. Советская, 47/1
Телефон: (382) 5454822; Факс: (382) 5454820
Эл. почта: zol1985@mail.ru
Учредитель: администрация ДООУ
Главный редактор: Константинова Наталья
Редакционная коллегия: Сыстеровая Людмила, Марина Вайс,
Данилейко Оксана, Ирина Смелова, Елена Куприянец