

ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ

8.06.2022г. в ЛОУ «Радужные патриоты» прошел День здоровья. Так как 2022 год объявлен в Бурятии годом «Здоровья и долголетия», то эту тему решили раскрыть широко:

1) С детьми я провела беседу о том как важно мотивировать себя и окружающих к здоровому образу жизни (ЗОЖ)



2) Обсудили вместе презентацию, закрепили, что не надо делать, и что надо делать, чтобы быть здоровыми. Повторили с детьми 5 факторов, влияющих на ЗОЖ.

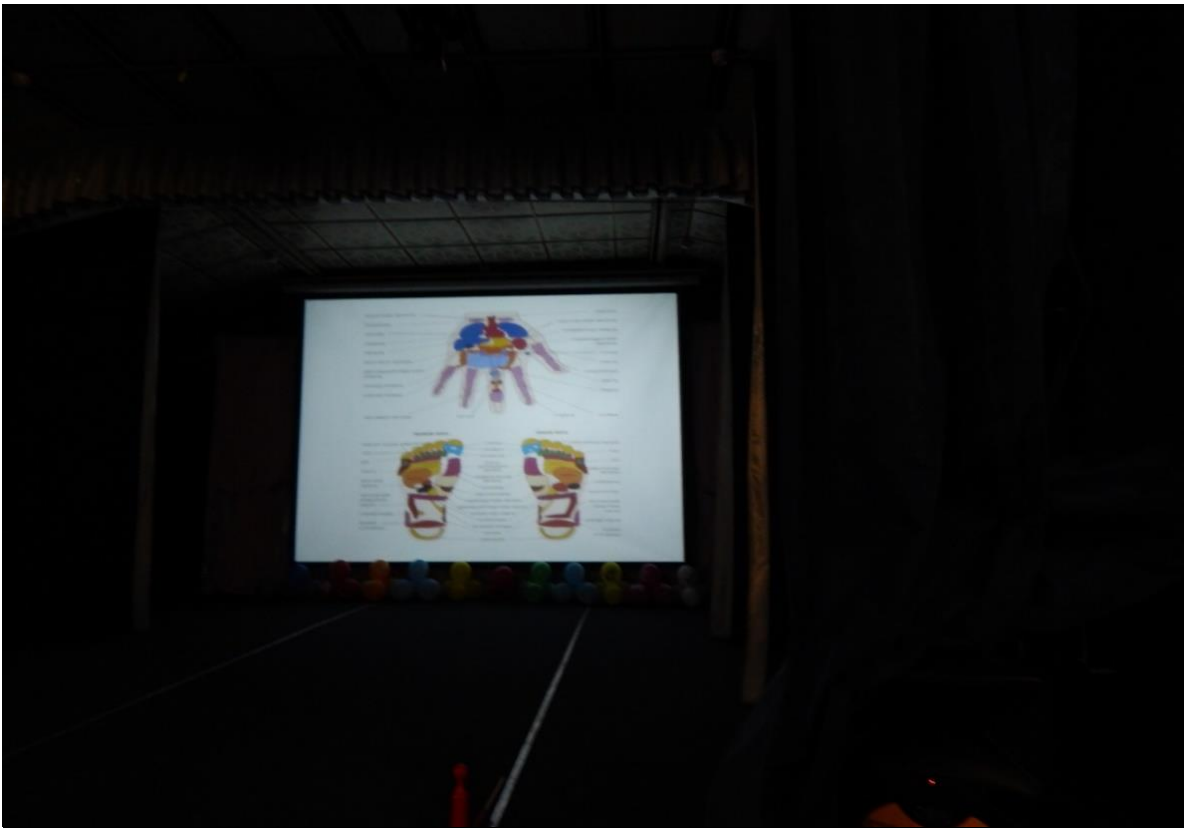




3) Затем детей я обучила технике самомассажа (с помощью шарика Су-джок, а также нескольким техникам на расслабление дыхания, мышц кисти руки, а также мышц голеней, эти техники пригодятся им во время учебного года.







4) Закрепили с детьми полученные знания о ЗОЖ с помощью викторины «Вопрос-ответ» (Что полезно, а что нет, для здоровья.)



5) Активно подвигались с ребятами мы во время эстафеты.



6)Провели тест «Знаете свое тело?»»



7)Поговорили о вреде курения.



8)Посмотрели презентацию о повышенном травматизме в летний период.



9)Научились оказывать первую помощь при порезах и ссадинах., и даже старались усвоить как правильно накладывать лангету при переломах, разобрали несколько видов наложения повязок.







10) Обязательно поиграли в игру «Чем я с другом поделюсь», и с помощью нее закрепили знания о гигиене., поделились друг с другом хорошим настроением и позитивом...



Дети на мероприятии были активны, проявляли интерес. Надеюсь, ребята запомнили полезную информацию, и будут себя и своих родственников, друзей, знакомых правильно мотивировать к ЗОЖ.

