**День здоровья**

15 октября в нашем детском саду был организован «День здоровья».

Утро начали с оздоровительной гимнастики под весёлую, ритмичную музыку.

С детьми были проведены беседы о правильном питании, фруктах, овощах, полезных продуктах **« Витамины-защитники организма».** Беседовали о гигиене «Чистота – залог здоровья». Отгадывали загадки о предметах, которыми мы пользуемся, чтобы быть чистыми аккуратными. Дети правильно отгадывали загадки, были внимательные.

Для детей был организован досуг **«Расту здоровым и аккуратным».** Ребята состязались в быстроте и ловкости. С удовольствием играли в подвижные игры.

Во второй половине дня работа продолжилась. Провели с детьми после сна гимнастику пробуждения, поиграли в дидактические игры: "Одежда по погоде", "Хорошо и плохо", "Вредно-полезно".

Детей познакомили с произведениями, помогающими формировать привычку к здоровому образу жизни: В. Голявкина *«Про Вовкину тренировку»*, Ю. Тувим *«Письмо ко всем детям по одному важному делу»,* С. Афонькин *«Как победить простуду?».*

**Дети были в восторге от «Дня здоровья», получили заряд бодрости и хорошего настроения, много знаний, потом еще долго желали друг другу здоровья!**

**Регулярное проведение подобных дней здоровья  способствует укреплению физического и психического здоровья, формированию ценностного отношения к здоровому образу жизни у дошкольников.**

**Этот день прошел с пользой для здоровья, ведь недаром говорят: «В здоровом теле - здоровый дух!»**













