

Отчет о проведении беседы «Мой образ жизни».

14 августа 2024 года в МБУДО ДДТ ст. Советской прошла беседа «Мой образ жизни». Её подготовила и провела для учащихся Дома детского творчества Тинькова Е.Н., педагог дополнительного образования.

Цель: пропаганда приоритетов здорового образа жизни, развитие интереса к физической культуре и спорту.

Проведённая беседа направлена на укрепление здоровья детей, развитие двигательной культуры, приобщение детей к здоровому образу жизни, воспитание в детях упорства, силы воли, умения преодолевать препятствия, умения побеждать и проигрывать, желания оказывать помощь, закрепление у детей понятия «здоровье».

С детьми проведены разнообразные игры:

- дидактические: «Что полезно, а что вредно для здоровья», «Что мы делаем когда едим?», «Что хорошо, что плохо для организма», «Что было бы, если бы...», «Полезная еда», «Угадай вид спорта»;

- подвижные: «Кому, что нужно?», «Определи по запаху», «Опасно-неопасно», «Когда это бывает?»

Правильное питание, мытье рук перед едой, занятие утренней зарядкой, борьба с микробами и много чего другого - это залог нашего здорового образа жизни. Дети вместе с педагогом сделали вывод: здоровье – это главная ценность человека, здоровый образ жизни нам всем необходим.