



Давным-давно, на горе Олимп жили боги. Стало им скучно, и решили они создать человека и заселить планету Земля. Долго думали они, каким должен быть человек. Один из богов сказал: «Человек должен быть сильным», другой сказал: «Человек должен быть здоровым», третий сказал: «Человек должен быть умным». Но один из богов сказал так: «Если всё это будет у человека, он будет подобен нам». И, решили они спрятать главное, что есть у человека – его здоровье. Стали думать, решать – куда бы его спрятать? Одни предлагали спрятать здоровье глубоко в синее море, другие - за высокие горы. Как вы думаете, куда спрятали боги здоровье?

Один из богов сказал: «Здоровье надо спрятать в самого человека». Так и живёт с давних времён человек, пытаюсь найти своё здоровье. Да вот не каждый может найти и сберечь бесценный дар богов! Значит, здоровье-то оказывается спрятано и во мне, и в каждом из нас и в каждом ребёнке.

Здоровье педагога – это союз физического и эмоционального благополучия.

Не секрет, что здоровье ребенка во многом зависит от здоровья педагога, от его физического и психологического состояния. С целью пропаганды здорового образа жизни и методов оздоровления, обеспечения здорового ритма жизни, в нашем дошкольном учреждении для педагогов детского сада в октябре прошёл спортивный праздник «День здоровья».

Участники разделились на 2 команды. С удовольствием выполняли задания, активно участвовали в эстафетах. В процессе веселых эстафет педагоги, заведующая и методист соревновались в ловкости, быстроте, выносливости, юморе и находчивости.

Кроме того мы проверили, сможем ли мы - взрослые, как дети отвлечься от забот хотя бы на часок. Проверка оказалась успешной - все справились с заданиями, никто не "отлынивал" от физических упражнений и заряд бодрости получили отличный!

В итоге педагоги провели время с пользой для здоровья, и единогласно решили сделать этот день здоровья доброй традицией нашего ДОУ.

Как сказал Гиппократ: «Гимнастика, физические упражнения, ходьба, должны прочно войти в повседневный быт каждого кто хочет сохранить работоспособность, здоровье, полноценную и радостную жизнь». Ведь если не бегаешь, пока здоров, придётся побегать, когда заболеешь. И поэтому главной целью нашего праздника является заряд бодрости и хорошего настроения!

Инструктор Татьяна Владимировна Гаранина.



