**“Лайфхак на здоровье”**



Тенденцией современного мира стало использование иностранных слов и словосочетаний для замены схожих по смыслу русских слов. Одним из таких слов является “Лайфхак”.

“Лайфхак” - (от лайфхакинг, англ. life hacking) — на сленге означает «хитрости жизни», «народную мудрость» или полезный совет, помогающий решать бытовые проблемы, экономя тем самым время. Учитывая то, что сейчас многие родители “идут в ногу” со временем, мы решили использовать “Лайфхак” в своей работе в рамках проекта “Здоровье - это просто”, который проходил в группе младшего дошкольного возраста с 14 по 31 января. Педагогами группы была объявлена акция “Лайфхак на здоровье”. Её суть заключалась в использовании предметов быта для развития физических навыков и качеств детей в домашних условиях. Какие же предметы быта можно использовать для упражнений с детьми? - Карандаш; - Шнур; - Бутылка; - Швабра; - Шишки; - Резинка; - Простыня; - Пробки; - Тапки; - Мешочек. С одним из этих предметов родители вместе с детьми дома должны были придумать физические упражнения и провести их. В начале многие родители затруднялись в придумывании упражнений. Но затем, в ходе индивидуальных бесед, они всё больше и больше называли упражнений, которые можно провести с этими предметами. Родителям так понравилась эта идея, что они находили другие предметы в быту, которые можно использовать для физкультуры. Итогом этой акции, стало физкультурное развлечение совместно детей с родителями “Тренировка для Мишки”, где родители поделились не только своим опытом, но и получили массу эмоций и позитива.



Материал подготовлен воспитателем Шевяковой О.Н.