ПРОЕКТ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЕ №7 «КОЛОБОК»

«Чтоб сильным быть сполна, физкультура нам нужна!»

Выполнили воспитатель высшей категории: Анастасия Викторовна Пушкалова
Инструктор по физической культуре Светлана Васильевна Ашихмина

г. Бердск 2022

Цель проекта: формирование начальных представлений о здоровом образе жизни, расширение знания о сохранении здоровья.

Задачи проекта:

- Расширить представления о структуре человека, здоровье, его ценности охранять здоровье детей введением физкультурно-оздоровительных, закаливающих мероприятий;
- Воспитывать привычку к здоровому образу жизни;
- Закреплять знания о здоровых и вредных продуктах питания;
- Воспитывать целеустремлённость, организованность, инициативность, стремление участвовать в играх с элементами соревнований, играх-эстафетах.

Актуальность:

Сегодня сохранение и укрепление здоровья детей — одна из главных задач развития страны.

Приобщение здоровье сберегающему и здоровье укрепляющему осознанному поведению детей с дошкольного возраста является актуальной проблемой дошкольного воспитания.

Здоровье — это не только отсутствие болезней, это состояние оптимальной работоспособности, творческой отдачи, эмоционального тонуса, того, что создает фундамент будущего благополучия личности.

Поэтому главными задачами по укреплению здоровья детей в нашей группе являются формирование у них представлений о здоровье как одной из главных ценностей жизни, формирование здорового образа жизни. Дети должны научиться правильному выбору в любой ситуации только полезного для здоровья и отказа от всего вредного. Помочь родителям привить ребенку с малых лет правильное отношение к своему здоровью, чувство ответственности за него. Эти задачи должны решаться путем создания целостной системы по сохранению физического, психического и социального благополучия ребенка.

Всероссийский кросс нации.





Спортивное поздравление к Дню пожилого человека.



Вы думали, раз бабушка, –сиди, вари борщи?
А у меня есть бабушка, –такую поищи!
Костёр умеет разжигать, Причём без всякой спички,
В пустыне – воду отыскать место – в электричке.
Разбить шалаш, расставить сеть и по реке сплавляться...
А как же, – надо всё уметь, Чтобы со мной справляться!





Тот, кто с солнышком встаёт, делает зарядку,
Чистит зубы по утрам и играет в прятки, —
Тот спортивный человек, и вполне весёлый.
Постарайся быть таким, в детсаду и дома.



Неделя здоровья в нашем саду.



Ноги наши быстрые,
Метки наши выстрелы,
Крепки наши мускулы
И глаза не тусклые.







Быть здоровым — это модно!
Дружно, весело, задорно,
Становитесь на зарядку.
Организму — подзарядка!











Обруч, кубики помогут
Гибкость нам развить немного.
Будем чаще наклоняться
Приседать и нагибаться.



Спорт нам плечи расправляет,
Силу, ловкость нам дает.
Он нам мышцы развивает,
На рекорды нас зовет







Чтоб здоровье раздобыть,
Не надо далеко ходить.
Нужно нам самим стараться,
И всё будет получаться.





Спорт и физкультура,
Всех вперёд ведут.
В трудную минуту
Нас не подведут.



Закрытие недели Здоровья.







Эй, ребята, что вы спите? Просыпайтесь, не ленитесь!
Прогоню остатки сна, одеяло в сторону,
Мне гимнастика нужна – помогает здорово.







Поднимайся, детвора!
Завершился тихий час, свет дневной встречает нас.
Мы проснулись, потянулись.
Приподняли мы головку, кулачки сжимаем ловко.
Ножки начали плясать, не желаем больше спать.

По утрам ты закаляйся,
Водой холодной обливайся.
Будешь ты всегда здоров.
Тут не нужно лишних слов.







Спорт, ребята очень нужен.
Мы со спортом очень дружим
Спорт-помощник !
Спорт –здоровье!
Спорт-игра!
Физкульт-Ура!