

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
Детский сад комбинированного вида № 25 «Рябинка»

Проект в средней группе №7 «Колобок»

«Здоровье –это здорово!»







Выполнили воспитатели :Пушкалова А.В. Неудакина А.С.

г. Бердск 2020

Цели и задачи:

1.Сформировать у детей основы здорового образа жизни.
2.Добиваться осознанного выполнения правил здоровье сбережения и ответственного отношения, как к собственному здоровью, так и здоровью окружающих
3. Расширять знания и навыки по гигиенической культуре.
4.Закреплять знания о здоровых и вредных продуктах питания.
5.Расширять знания о влиянии закаливания на здоровье человека.

Пояснительная записка:

В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребенка, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а также необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни.

Помочь детям узнавать и учиться понимать значимость для жизни человека здоровья, стало причиной создания этого проекта.

Предполагаемые результаты:

Для детей:

1. Повышение эмоционального, психологического, физического благополучия;
2. Сформированность гигиенической культуры;
3. Улучшение соматических показателей здоровья;
4. Наличие потребности в здоровом образе жизни и возможностей его обеспечения.

Тип проекта:

Краткосрочный-1неделя.с 28.09.-02.10.2020г.

Участники проекта:

Воспитатели, дети, родители.

Формы работы с детьми: НОД познавательного цикла, чтение художественной литературы, рассматривание энциклопедий, просмотр презентаций по теме;

Игровая деятельность: подвижные, дидактические игры, игровые ситуации, созданные воспитателем проблемные ситуации;

Ресурсное обеспечение проекта:

1. Физкультурный уголок в группе.;
2. Спортивный зал;
3. Спортивный участок на территории МАДОУ.
7. Физкультурное оборудование и спортивный инвентарь.
8. Методический инструментарий (картотека подвижных игр, НОД
9. Подборка методической литературы “Физическая культура и оздоровление детей дошкольного возраста”.

Этапы и сроки реализации:

1 этап: подготовительный;

2 этап: практический;

3 этап: заключительный;







Мы зарядкой заниматься
Начинаем по утрам.
Пусть болезни нас боятся,
Пусть они не ходят к нам.







Мы дружные ребята,

Пришли мы в детский сад,

И каждый физкультурой

Заняться очень рад!

Эстафетета собери «Овощи и фрукты»















Глазки открываются, реснички поднимаются.
Дети просыпаются, друг другу улыбаются.
Дышим ровно, глубоко и свободно, и легко.
Что за чудная зарядка - как она нам помогает,
Настроенье улучшает и здоровье укрепляет.

«Хочешь быть здоровым-закаляйся!»







Познавательное занятие в музыкальном зале «День Здоровья»







Смотрим Азбуку здоровья «Что нужно делать, чтобы не болеть!»







Любим мы на улице гулять,
прыгать ,бегать и играть!»

Работа с родителями







ЗДОРОВЬЕ – ЭТО ЗДОРОВО!






















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

Памятка для родителей по формированию здорового образа жизни у детей.

1.Новый день начинайте с улыбки и утренней разминки.
2. Соблюдайте режим дня.
3. Лучше умная книга, чем бесцельный просмотр телевизора.
4. Любите своего ребёнка - он ваш. Уважайте членов своей семьи, они – попутчики на вашем пути.
5. Обнимать ребёнка следует не менее 4 раз в день, а лучше 8 раз.
6. Не бывает плохих детей, бывают плохие поступки.
7. Положительное отношение к себе - основа психологического выживания.
8. Личный пример здорового образа жизни - лучше всякой морали.
9. Используйте естественные факторы закаливания - солнце, воздух и воду.
10. Помните: простая пища полезнее для здоровья, чем искусные яства.
11. Лучший вид отдыха – прогулка с семьей на свежем воздухе.
12. Лучшее развлечение для ребёнка – совместная игра с родителями.

Что нужно делать, чтобы быть здоровым

Чтобы хорошо расти и быть здоровыми, нужно заботиться о здоровье.

Нужно хотеть и уметь заботиться о своем здоровье.

Советуем:

- ✓ Береги здоровье смолоду
- ✓ Занимайся спортом
- ✓ Делай зарядку
- ✓ Закаляйся
- ✓ Соблюдай режим дня
- ✓ Дружи с водой
- ✓ Вовремя лечи зубы
- ✓ Не ешь много сладкого
- ✓ Заботься о коже
- ✓ Держи осанку
- ✓ Одевайся по погоде



Здоровые дети - в здоровой семье,
Здоровые семьи - в здоровой стране,
Здоровые страны - планета здорова,
Здоровье - какое прекрасное слово!
Так пусть на здоровой планете
Растут здоровые дети!