



«Неделя здоровья»

Воспитатель:
Лаврентьева Татьяна
Викторовна
МБДОУ детский сад №1
Средняя группа

Актуальность:

В современном обществе, в XXI веке, предъявляются новые, более высокие требования к человеку, в том числе и к ребенку, к его знаниям и способностям. Забота о здоровье ребенка и взрослого человека стала занимать во всем мире приоритетные позиции. Любой стране нужны личности творческие, гармонично развитые, активные и здоровые. Забота о воспитании здорового ребенка является приоритетной в работе любого дошкольного учреждения. Здоровый и развитый ребенок обладает хорошей сопротивляемостью организма к вредным факторам среды и устойчивостью к утомлению, социально и физиологически адаптирован. 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.

Цель проекта:

Сформировать у дошкольников основы здорового образа жизни, добиться осознанного выполнения правил здоровьесбережения и ответственного отношения, как к собственному здоровью, так и здоровью окружающих.

Задачи проекта:

- Продолжать формировать у детей позиции признания ценности здоровья, чувство ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья.
- Расширять знания и навыки по гигиенической культуре. Воспитывать привычку сохранять правильную осанку.
- Закреплять знания о здоровых и вредных продуктах питания.
- Расширять знания о влиянии закаливания на здоровье человека.
- Закреплять знания детей о культурно – гигиенических навыках, о назначении предметов личной гигиены.
- Сплочение детей и родителей, родителей и педагогов в процессе активного сотрудничества в ходе реализации проекта.

Реализация проекта: 24.02.2015г. - 27.02.2015г.





Беседы: «Сбережем
здоровые зубки» и
«Гигиенические
процедуры для того,
чтобы быть
здоровыми»





Веселый массаж
друг другу и
пальчиковые игры



Прогулка





Разрезные
картинки:
Витамины в
овощах и фруктах



ВИТАМИН

А

Расскажу Вам не тая,
Как полезен я, друзья!
Я морковке и томаты,
В тыкве, в персике, в салате.
Съешь меня – и подрастешь,
Будешь ты во всем хорош!
Помни истину простую:
Лучше видит только тот,
Кто жует морковь сырую
Или пьет морковный сок!



ВИТАМИН

С

Земляничку ты сорвешь –
В ягодке меня найдешь.
Я в смородине, в капусте,
В яблоке живу и в луке,
Я в фасоле и картошке,
В помидоре и горошке!
От простуды и ангины
Помогают апельсины.
Ну а лучше съешь лимон,
Хоть и очень кислый он.



В

ВИТАМИН

Рыба, хлеб, яйцо и сыр,
Мясо, птица и кефир,
Дрожжи, курага, орехи –
Вот для Вас секрет успеха!
И в горохе тоже я.
Много пользы от меня!
Очень важно спозаранку
Съесть завтраком овсянку,
Черный хлеб полезен нам –
И не только по утрам.



Д

ВИТАМИН

Я – полезный витамин,
Вам, друзья, необходим!
Кто морскую рыбу ест,
Тот силен как Геркулес!
Если рыбий жир полюбишь,
Силачом тогда ты будешь!
Есть в икре я и в яйце,
В масле, в сыре, в молоке.



Полезные и вредные продукты для здоровья.



Веселые раскраски о спорте.



Физкультура



«Мы сильные и ловкие»







Подвижные игры



Дневной сон и гимнастика после сна



Спортивный праздник



Консультации для родителей





Список использованной литературы:

1. Журнал «Дошкольное воспитание» №2 -1992г.
2. Здоровьесберегающая система дошкольного образовательного учреждения, М.А.Павлова, М.В.Лысогорская – 2009г.
3. Здоровьесберегающее пространство в ДОУ
Проектирование, тренинги, занятия, Н.И.Крылова – 2009г.
4. Шербак, А. К гармонии через движение! Жур.»дошкольное воспитание 1998 - № 6,8.



Спасибо за внимание

