A decorative border surrounds the text, featuring various sports equipment icons such as tennis rackets, soccer balls, basketballs, and American footballs, interspersed with small white dots on a light blue background.

# Мини проект физкультурно-оздоровительной направленности «Будь здоров!»

Автор : Старкова Наталья  
Григорьевна,  
воспитатель  
МДОУ «Детский сад «Золотой  
петушок» п. Пангоды Надымского  
района»

*2018*

A decorative border surrounds the text, featuring various sports equipment icons such as tennis rackets, basketballs, soccer balls, and American footballs, arranged in a repeating pattern along the top, bottom, and sides of the page.

**ЦЕЛЬ:** Сохранять и укреплять здоровье детей.

**ЗАДАЧИ:**

Формировать понимание необходимости заботиться о своем здоровье, беречь его, учиться быть здоровыми и вести здоровый образ жизни, правильно питаться, соблюдать культурно-гигиенические навыки.

Прививать любовь к физическим упражнениям, закаливанию.

**ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ**

**ПРОЕКТА:** краткосрочный

**СОСТАВ УЧАСТНИКОВ:** дети ,воспитатель

## Актуальность

Забота о **здоровье** ребёнка и взрослого человека стала занимать во всём мире приоритетные позиции, поскольку любой стране нужны личности творческие, активные и **здоровые**. От состояния **здоровья** в первую очередь зависит возможность овладения детьми всеми умениями и навыками, которые им прививаются в детском саду и которые им необходимы для эффективного обучения в дальнейшем. Для этого необходимо формировать у детей разносторонние знания и положительные черты характера, совершенствовать физическое развитие.

A decorative border surrounds the text, featuring various sports-related icons such as tennis rackets, soccer balls, basketballs, and American footballs. The icons are arranged in a repeating pattern along the top, bottom, and sides of the page.

## Обоснование проблемы:

- дети имеют фрагментарные знания, полученные от родителей о **здоровом образе жизни**;

- родители недостаточно уделяют времени для бесед с детьми и занятиями спортом в семье, и развития гигиенических навыков;

- необходимость следить за внешним **видом**;

- элементарные культурно-гигиенические **навыки**.

# Беседы на тему КГН



# Гимнастика после сна, закаливание (хождение по тропе здоровья)



# Гимнастика после сна тоже залог здоровья!



# Умывание после сна (закаливание)





# Физкультурные занятия часть ЗОЖ



# С/Р игры направленные на формирование ЗОЖ



# Правильное питание!!!



# П/М способствуют развитию двигательных навыков





# Веселые старты!



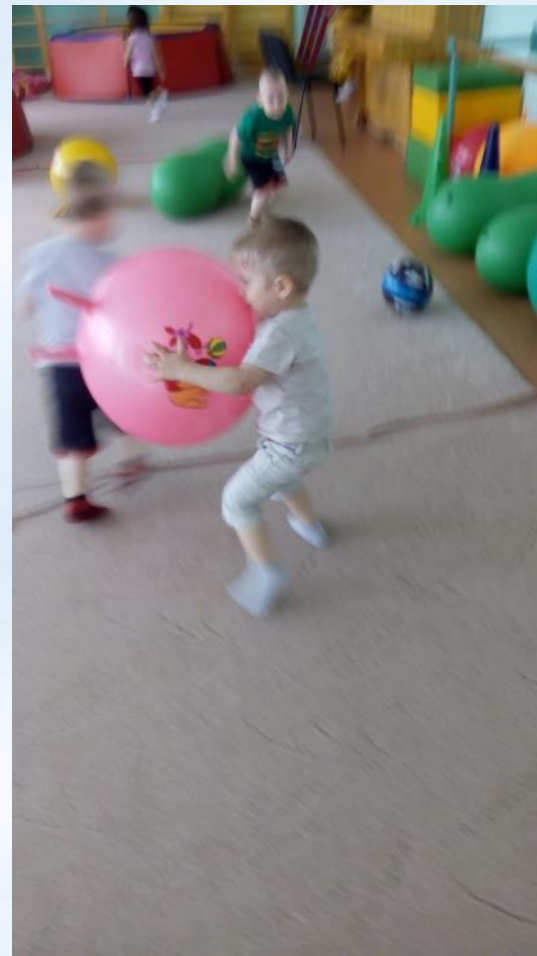


Прогулка (свежий воздух) = залог  
здоровья!





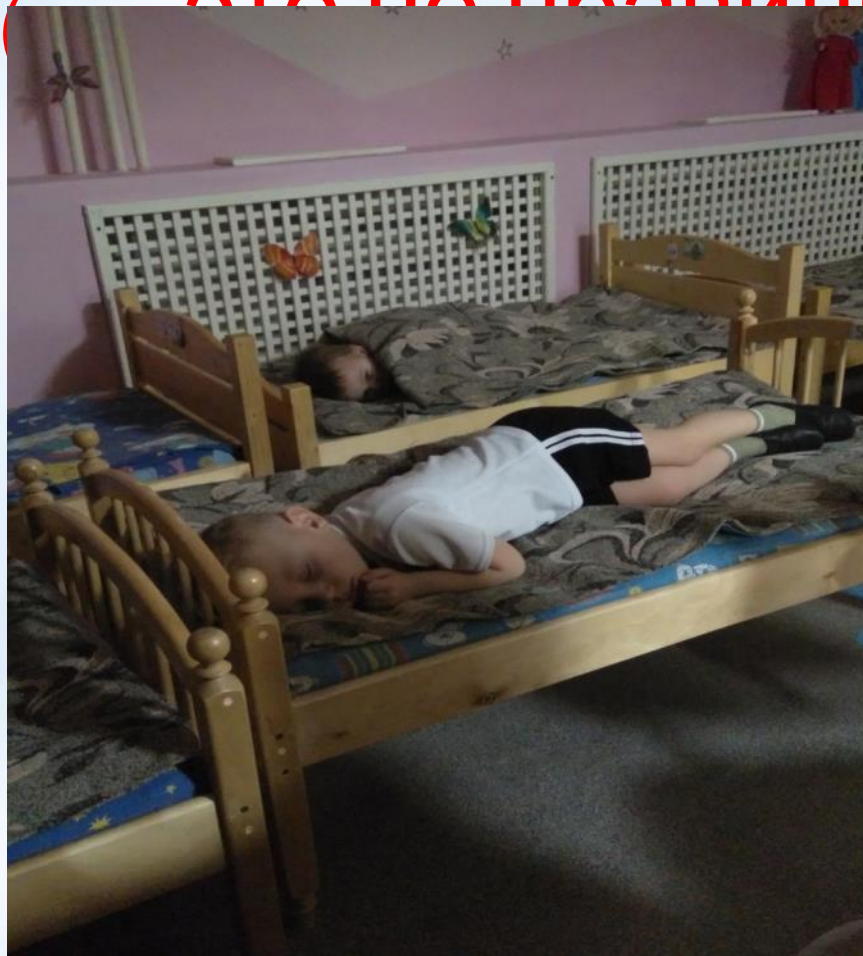
# Игры в спортивном зале



# А так же хороший и правильный СОН.



(ЭТО НЕ ПРАВИЛЬНО!)



**Спасибо за внимание!**

