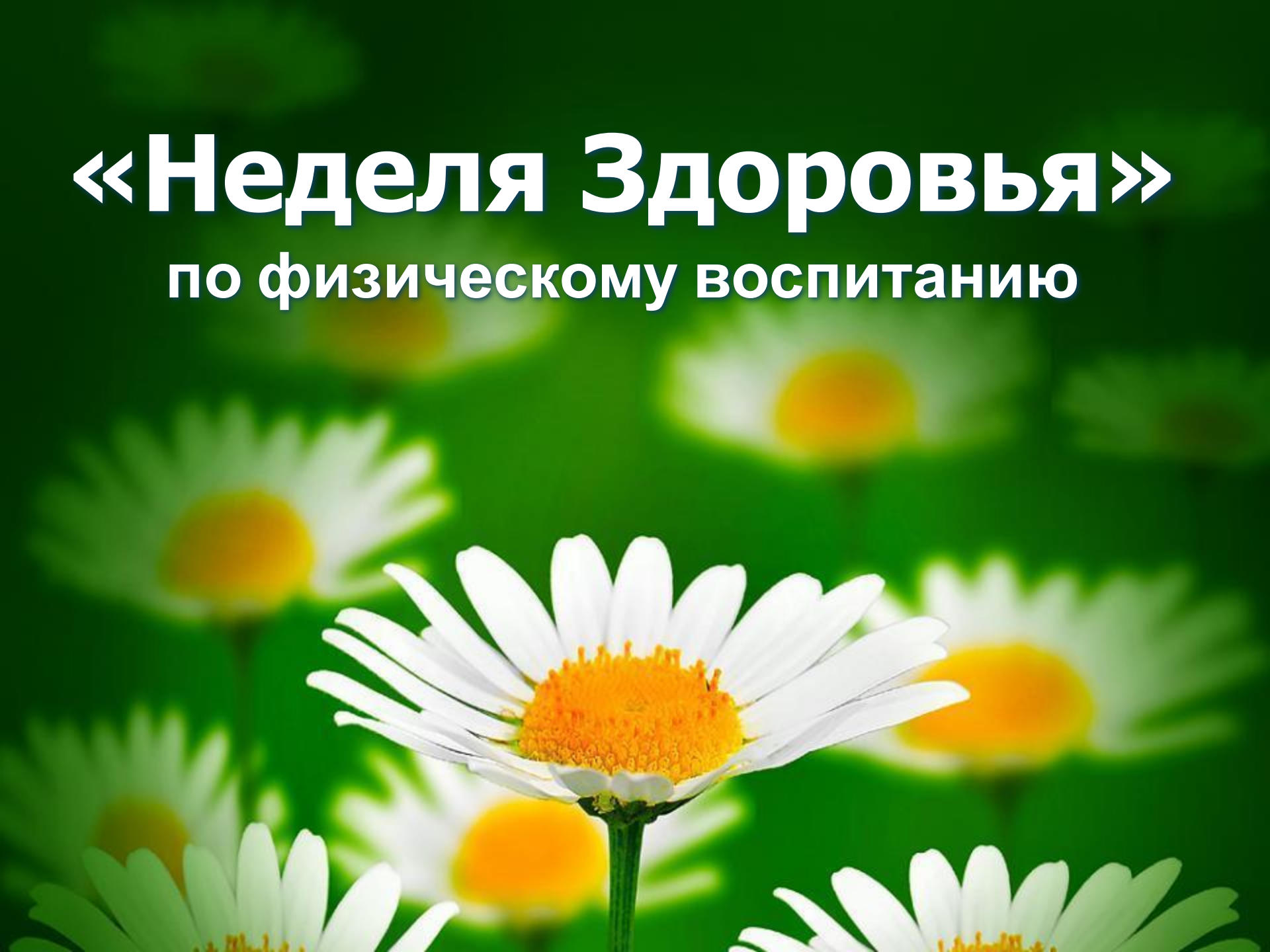


# «Неделя Здоровья»

по физическому воспитанию



# Цель проекта –

воспитание у детей эмоционально положительного отношения к физической культуре, приобщение детей и их родителей к здоровому образу жизни.



# Содержание проектной деятельности

## I этап – подготовительный

(февраль, март)

- Изучение понятий, касающихся темы проекта;
- Изучение современных нормативных документов, регламентирующих деятельность по здоровьесбережению; создание картотеки дыхательной гимнастики, самомассажа;
- Консультации родителей;
- Разработка физкультурного праздника с привлечением родителей;
- Внедрение в физкультурные занятия дыхательных гимнастик, самомассажа;
- Разработка утренней гимнастики на данную тему;
- Организация экскурсии в спортивную школу.



# II этап – практический

(апрель)

1. Непосредственно образовательная деятельность  
Образовательная область «Физическая культура»







# Дыхательная гимнастика



# Само́масса́ж






# Оздоровительный бег



## 2. Утренняя гимнастика «Спортсмены»



### 3. Консультация для родителей



**Спортивный уголок дома**

Спортивный уголок дома поможет родителям привлекать детей, способствует закреплению двигательных навыков, полученных в дошкольном учреждении, развитию ловкости, самостоятельности. Оборудовать такой уголок несложно: один ребенок можно привлечь к спортивным играм, другие сделать самим. По мере формирования навыков и расширения интересов ребенка уголок следует поощрять более сложным оборудованием различного назначения.

Существует множество способов, обеспечивающих физическое развитие детей совместные педагогические игры и физические упражнения, закаливание, зарядка, занятия в спортивных секциях, семейный туризм и др.

**Поддержка для взрослых**

1. Не рекомендуется заниматься физической культурой на улице, где много пыли, загазованности, шума, сквозняков, солнечного зноя и т.д.
2. При установке физкультурного комплекса разных качелей и порезанных тросов не должен быть направлен в сторону дну.
3. Следите за тем, чтобы в поле деятельности детей не попадали предметы, которые могут разбиться или повредить движением. Уберите их непосредственной близости от комплекса качелей, стелющиеся в беговые предметы.

4. В утренние часы ребенок на физкультурном комплексе положите на пол матрасик, для этого можно использовать коврик, гимнастический матрасик, беговую дорожку, коврики из поролона. Это необходимо для того, чтобы обеспечить мягкость поверхности при прыжках на скакалке и преодолении препятствия поперечными прыжками.

5. Зарядку и упражнения ребенка можно выполнять пластмассовыми беговыми дорожками.

6. Качели из веревки и тросов можно использовать в качестве тренажера для развития ловкости.

**Важные советы**

Для детей следует использовать как можно больше вспомогательных средств: игрушки, воздушные шары и т.д. Они помогут привлечь внимание, будут стимулировать детей к выполнению разнообразных упражнений.

Объекты ребенка для занятий не должны скучать движением. Однако если вы хотите укрепить мышцы спины и одновременно задержать ребенка, то лучше всего использовать бассейн в туннеле и сложную беговую дорожку.

Для создания разнообразия настроения сделайте музыку. Упражнения желательно делать под музыку. Например, взрослый говорит: «Сегодня мы с тобой пойдем в гости к бабушке!», а ребенок скачет на месте. Или: «Сегодня мы с тобой пойдем в гости к бабушке!», а ребенок скачет на месте. Или: «Сегодня мы с тобой пойдем в гости к бабушке!», а ребенок скачет на месте. Или: «Сегодня мы с тобой пойдем в гости к бабушке!», а ребенок скачет на месте.

18. Урунбаева Медина

4. Фото-выставка «В здоровом теле-здоровый дух»

# В здоровом теле - здоровый дух!



## 5. Экскурсия в спортивную школу



# III этап – заключительный

(апрель)

1. Проведение физкультурного праздника с привлечением родителей, сотрудников детского сада.



# Результативность:

- сформированность у детей элементарных представлений о здоровом образе жизни;
- совершенствование физических качеств, двигательных умений и навыков;
- повышение интереса детей и их родителей к физкультурно-оздоровительным мероприятиям, проводимых в детском саду.



Спасибо за  
внимание

