

# НЕДЕЛЯ ЗДОРОВЬЯ

Подготовительная группа МБДОУ  
ЦРР №5

Воспитатель высшей категории  
Засорина Л. А.

- **Цель проекта:** сформировать привычку к здоровому образу жизни; удовлетворить потребность детей в двигательной активности; закрепить знания детей в том, как сохранить и укрепить здоровье.

- **Задачи проекта.**

- Оздоровительные:

- Формирование положительного отношения к занятиям физкультурой.
- Формирование элементарных знаний в области гигиены, медицины, физкультуры.
- Формирование у детей необходимых двигательных навыков и умений, способствующих укреплению здоровья.

- Воспитательные:

- С помощью физических упражнений способствовать проявлению смелости, выносливости, терпения и уверенности в себе.
- Создать условия для проявления положительных эмоций.

- Образовательные:

- Формировать и совершенствовать новые двигательные умения и навыки.

# Актуальность

В последнее время остро стоит проблема здоровья. Появилась тенденция к ухудшению здоровья среди детей. Достичь необходимого уровня интеллектуально – познавательного развития может только здоровый ребенок. Специально организованная досуговая деятельность является эффективным средством формирования здоровья и выработки правильных привычек дошкольников.

Различные физкультурные мероприятия способствуют формированию у детей ловкости, выносливости, смелости и других качеств сильной личности. Беседы, игры по теме помогают сформировать предпосылки к здоровому образу жизни. Продуктивная деятельность помогает детям отобразить свои впечатления.

# «МОДЕЛЬ ТРЁХ ВОПРОСОВ»

| Что мы знаем?  | Что мы хотим узнать?   | Как об этом узнать?   |
|--|--|---|
| <p>Нужно мыть руки, овощи, фрукты, не болеть</p> <p>Если заболел принимать лекарства, мыться каждый день, чистить зубы, есть витамины</p> <p>Не чихать и не кашлять на соседа, носовой платок свой иметь, заниматься спортом</p> <p>Скелет у человека большой, много костей, надо закаляться, много дышать свежим воздухом</p> <p>Есть много витаминов, чтобы не болеть, делать зарядку, не давать свои личные вещи,</p> | <p>Как человек заболевает, микробы какие</p> <p>Как выглядит скелет у человека</p> <p>как делать массаж, чтобы не болеть</p> <p>Какие вредные продукты и почему, как помочь, если человек, например порезался</p> <p>Как устроен мозг человека</p> | <p>От воспитателя, от родителей, Родственников</p> <p>От воспитателя, в книжках</p> <p>От воспитателей, бабушки с дедушкой</p> <p>Картины, газеты</p> <p>От воспитателя, от родителей, книг</p> |

# Понедельник «Я и мое здоровье»

*Знакомство с  
изображением  
Неболейки*



# Вторник «Помощники моего здоровья»

□ Спорт

Закалка

Физкультура



# Утренняя зарядка



# З а р я д к а п о с л е с н а





# Игра с мячом

## « Какие виды спорта ты знаешь? »



# Среда «Витаминный день»



# Лепка

## «Витамины на нашем столе»



# «Вредная и полезная еда»



# Личная гигиена

Гигиена жилища



Гигиена кожи



Гигиена питания



Гигиена одежды



Гигиена воды





# Четверг « В гостях у доктора Айболита»

## Как правильно чистить зубы



Чистить зубы надо при несомкнутых зубных рядах. Каждое движение повторять 6-8 раз.



Внешнюю поверхность верхних зубов чисти сверху вниз, нижних — снизу вверх.



Внутреннюю поверхность верхних зубов чисти сверху вниз.



# Художественная деятельность

## Рисование зимних видов спорта







# Пятница «Путешествие в Спортландию»



# Игры в спортивном уголке





# Наша стенгазета



# Рассматривание книг

