

Февраль

Проект  
**БУДЬ ЗДОРОВ!**



**МЫ ЗА ЗОЖ**

Воспитатели

Коновалова Д.А.

Панченко Т.Ф.



- **Цель проекта:**

- Формирование социальной и личностной мотивации детей старшего дошкольного возраста на сохранение и укрепление своего здоровья и воспитания социально значимых личностных качеств посредством знакомства с ЗОЖ и непосредственного участия детей и родителей в комплексе здоровьесберегающих мероприятий, проводимых педагогами детского сада.

## • Задачи проекта:

### • Для детей:

- Обогащать и закрепить знания о пользе спорта в жизни человека.
- Воспитывать потребность у детей вести здоровый образ жизни.
- Развивать у детей интерес к занятиям физической культурой и спортом, умения и навыки сотрудничества через нравственный и эстетический опыт проведения спортивных состязаний.
- Воспитывать у детей целеустремленность, организованность, инициативность.

### • Для педагогов:

- Создать информационную базу.
- Целенаправленно проводить работу с детьми по формированию здорового образа жизни.
- Создать условия для благополучного и комфортного состояния детей на спортивных мероприятиях.
- Информировать родителей по вопросам здорового образа жизни, привлекать для участия в различных спортивных мероприятиях.

### • Для родителей:

- Развивать творческие и физические способности в спортивной деятельности, формировать активную позицию в сохранения здоровья детей.



- Вид проекта:
- ❖ Длительный
- Участники проекта:
- ❖ Воспитанники
- ❖ Педагоги ДОУ
- ❖ Родители



# ПРОБЛЕМА

-Важен ли ЗОЖ?

-Как сохранить и укрепить своё здоровье при помощи правильного питания, занятий физической культурой, соблюдения режима дня.

# АКТУАЛЬНОСТЬ

- Из-за образа современной жизни у большинства взрослых слабый мотивационный аспект двигательной активности и низкий уровень представлений о здоровом образе жизни, о спорте.



- 1.Подготовительный этап:

- ➤ Знакомство участников проекта с темой здорового образа жизни;
- ➤ Консультация для родителей «Здоровый ребенок»;
- ➤ Памятка для родителей по формированию здорового образа жизни у детей.
- ➤ Памятка «Как правильно чистить зубы»

## • 2. Практический этап:

- ➤ Беседы на тему «Где прячется здоровье», «О здоровой пище», «Полезное-не полезное», «На зарядку становись», «Чистота и здоровье», «Здоровые зубки», «Витамины вы откуда»;
- ➤ Чтение А.Барто «Девочка чумазая» ,С.Семенов «Как стать неболейкой», С.Михалков «Про мимозу» ,«Сказка о зубной щетке»
- ➤ Д/и «полезная и вредная еда»;
- ➤ Рисование «Быть здоровым здорово».
- ➤ Презентация «Летние и зимние виды спорта»





- 3. Заключительный этап:

- ➤ Анализ полученных результатов;

- ➤ Изготовление Лэпбука по формированию ЗОЖ

## • **Планируемые результаты**

- Дети знают, как сохранить и укрепить своё здоровье, стремятся к активному применению своих знаний в повседневной жизни.
- Проявляют активность при реализации здоровьесберегающих технологий в режимных моментах, спортивных праздниках и досугах.
- Дети умеют оценивать свои спортивные достижения.
- Дети имеют более высокие показатели по физическому развитию.
- Педагоги приобретают опыт работы с детьми по физическому развитию, накапливают методические материалы.
- У родителей формируется осознанное отношение к ЗОЖ. Родители понимают важность и необходимость физического развития детей не только в детском саду, но и дома.