

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное  
учреждение  
детский сад №2 «Аленушка»

ПРОЕКТ ПО ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЮ В  
СТАРШЕЙ ГРУППЕ.

# «Я ХОЧУ ЗДОРОВЫМ БЫТЬ»



Подготовила: Шмитбергер А.Н.

## «Чтоб здоровье раздобыть, Не надо далеко ходить»



**Актуальность:** Забота о здоровье детей стала захватывать во всём мире приоритетные позиции. На сегодняшний день важно развивать и поддерживать у родителей заинтересованность к оздоровлению, как самих себя, так и своих детей. Помочь понять им, что здоровье обозначает не только отсутствие болезней, но и психическое и социальное благополучие.

Проект сконцентрирован на расширение представлений о здоровье и здоровом образе жизни, на осмысление детьми старшего дошкольного возраста необходимости беречь здоровье.

В проекте учитываются особенности психологического развития детей, выражающиеся в способности к самоконтролю над привычками, формированием привычки к здоровому образу жизни, совершенствованием культурно-гигиенических навыков.

**Цель проекта:** формировать начальные представления о здоровом образе жизни, расширять знания о сохранении здоровья. Развитие познавательных и творческих способностей детей старшей группы.

**Задачи проекта:**

1. Сформировать у детей представление о здоровье, как одной из главных ценностей человеческой жизни, об умении беречь своё здоровье и заботиться о нём.
2. Формировать базу знаний и практических навыков здорового образа жизни.
3. Привить потребность в здоровом образе жизни, уважение к физическим упражнениям, занятиям спортом, обратить внимание на то, что порядок и чистота способствуют крепкому здоровью.
4. Воспитывать привычку к здоровому образу жизни.



**Нужно мыться непременно  
Утром, вечером и днем –  
Перед каждою едою,  
После сна и перед сном!**



**На свежем воздухе гуляем,  
Дружно прыгаем, играем.  
Свежий воздух – это да,  
Без него никак нельзя.**



**Мы откроем всем секрет  
В мире нет рецепта лучше:  
Будь со спортом неразлучен –  
Проживешь тогда сто лет!**



**Кто спит в постели сладко?  
Давно пора вставать.  
Спешите на зарядку!  
Мы вас не будем ждать!**



**Друг за другом мы встаем  
По дорожкам идем,  
Шишки ножками катаем,  
Свои ножки развиваем.**





**Чтоб здоровым, сильным быть,  
Прыгать, ползать, лазать,  
Научиться мяч катать  
Или плавать брассом.  
Нужно спортом заниматься,  
С физкультурой дружить.**



**Очень весело живем, и играем и поем.  
Чтоб здоровым всегда быть нужно  
улыбаться,  
Все с ребятами делить,  
Дружно в коллективе жить.**

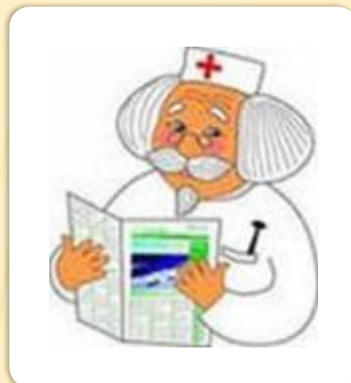




**Сели дети все за стол.  
Вспомним правила еды:  
Ротик шире открывай.  
Кушай молча, не болтай.  
Вот – тарелка, вот – еда,  
Не осталось и следа!**

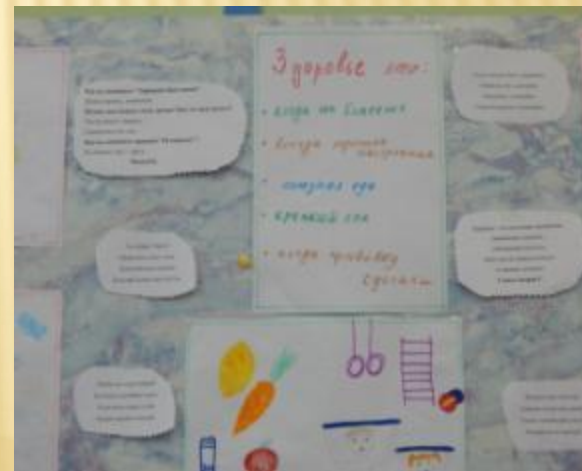


**Мы микробов не боимся,  
Моем руки с мылом чисто.**



**Чистить зубы нам не лень,  
Чистим их два раза в день.**





Чтоб здоровым всегда быть,  
Нужно весело нам жить.  
Мы проводим развлечения,  
Дружно, весело живем.  
И секреты долголетия,  
Мы Вам сразу назовем.







**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ**