

## **Проект «Будь здоров» группы «Почемучки»**

«Забота о **здоровье** ребёнка – это не просто комплекс санитарно-гигиенических норм и правил и не свод требований к режиму, питанию, труду и отдыху. Это забота о гармоничной полноте всех физических, духовных сил, и венцом этой гармонии является радость творчества»

В. Сухомлинский.

**Цель:** Формирование интереса, эмоционально положительного отношения к здоровому образу жизни, укрепление физического и психического здоровья воспитанников.

### **Задачи:**

1. Обогащать и углублять представления детей о том, как поддерживать, укрепить и сохранить здоровье.
2. Обогащать представления детей о гигиенической культуре.
3. Развивать мотивацию к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей.
4. Обогащать двигательный опыт детей.
5. Заинтересовать родителей в сотрудничестве с ДОО по сохранению, укреплению здоровья детей.

**Вид проекта:** краткосрочный

**Участники проекта:** Трушкина Л.Б., Трушкина Т.Д., воспитанники группы 1 «В», родители, сотрудники дошкольного отделения.

### **Актуальность:**

Воспитание ценностного отношения к здоровью – одна из важнейших задач дошкольной ступени образования. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования определяет основные задачи дошкольного образования:

Современные дети хорошо владеют умениями и навыками и требуют от взрослых помощи в определении смысла той деятельности, которую осваивают. Этот смысл и есть отношение к тому, что делают дети. От того, насколько этот смысл станет близок и понятен им, зависит качество и результат деятельности в целом, станет ли деятельность формальной, условной или осмысленной и устойчивой.

Для формирования мотивации к здоровому образу жизни, необходимо эмоционально положительное отношение, интерес к правилам здоровьесберегающего и безопасного поведения. День здоровья – форма организации образовательной, воспитательной, здоровьесберегающей деятельности, вызывающая эмоциональный отклик, как у детей, так и у взрослых. Регулярное проведение подобных акций способствует укреплению физического, психического здоровья, формированию ценностного отношения к здоровому образу жизни у дошкольников.

День здоровья в детском саду – это не просто часть воспитательной работы, это еще и праздник для малышей, их родителей и сотрудников.

Рано утром «прыг» с кровати – это время для время для зарядки.



Чтоб всегда быть нам красивыми, моем ручки чисто с мылом мы.





**После вкусного и полезного завтрака малыши отправились в путешествие по «Маршруту здоровья».**

В начале пути Смешарики объяснили детям, что такое закалка, спорт, движение.



**А в группе нас ждали:**  
Полоса препятствий.





Массаж тренажерами





Затем мы побывали в гостях у феи Музыки , где играли в коммуникативные игры и выполняли упражнения на развитие речевого дыхания.





В физкультурном зале вместе с папами занимались спортом.



Последним пунктом маршрута был кабинет доктора Пилюлькина, который вместе с медсестрой познакомил ребят с витаминами.





Во второй половине воспитатели проводили сюжетно-ролевые, подвижные игры, создавали проблемно-игровые и практические ситуации, направленные на формирование представлений о здоровом образе жизни, сохранение и укрепление физического, психического, соматического здоровья.



Дети были в восторге от Дня здоровья. Родители и сотрудники также получили заряд бодрости и хорошего настроения. Потом все вместе ещё долго и с теплом вспоминали праздник и желали друг другу здоровья!