

Краткосрочный проект
«Будь здоров»
В области
«физическая культура»

Инструктор по
Физической культуре
Квашнина О.П.

По направленности:

- ***Информационно познавательно-игровой***

По количеству участников:

- ***групповой.***

По продолжительности:

- ***краткосрочный***

Участники проекта:

- **Дети старшей группы**
- **Воспитатели**
- **Воспитатель по ФИЗО**

Актуальность проекта:

Забота о здоровье ребёнка стала занимать во всём мире приоритетные позиции. Сегодня важно формировать и поддерживать у родителей интерес к оздоровлению, как самих себя, так и своих детей. Помочь понять им, что здоровье означает не только отсутствие болезней, но и психическое и социальное благополучие.

В здоровом теле – здоровый дух. Физическое здоровье обуславливает эмоциональную и интеллектуальную сторону нашей жизни. Для того чтобы ребёнок стал физически, психологически и социально здоровой личностью нужно объединить усилия как педагога и специалистов ДОУ, так и родителей.

Девиз:
**«Чтоб здоровье раздобыть,
Не надо далеко ходить».**

Цель проекта:

- **Формирование у детей осознанно-правильного отношения к своему здоровью.**
- **Создание дружеской атмосферы сотрудничества между ребёнком, воспитателем и родителем.**
- **Способствовать творческому развитию ребёнка, повышать их активность.**
- **Создание единого здоровьесберегающего пространства и формирование навыков здорового образа жизни у детей.**

Задачи проекта:

- **Продолжать укреплять охранять здоровье детей;**
- **Дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни;**
- **Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены;**
- **Дать представление о спортивной одежде, ее назначении.**
- **Создать условия для реализации целей проекта**
- **Воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей.**

Утренняя гимнастика: «Силачи»



Пальчиковые игры «Хозяюшка»



Хозяйка с базара домой принесла (Загибают по одному пальцу на обеих руках.)

Картошку, капусту, морковку,
Горох, Петрушку и свеклу. ОХ! (Хлопок.)

Вот овощи спор завели на столе -

(Попеременные удары кулачками и ладонями.)

Кто лучше, вкусней и нужней на земле.

Картошка? Капуста?

Морковка? (Загибают пальчики на обеих руках.)

Горох? Петрушка иль свекла? ОХ! (Хлопок.)

Хозяйка тем временем ножик взяла (Стучат ребром каждой ладони по столу.)

И ножиком этим крошить начала

Картошку, капусту,

Морковку, (Загибают пальчики.)

Горох, Петрушку и свеклу. ОХ! (Хлопок.)

Накрытые крышкой, в душном горшке (Ладони складывают крест-накрест на столе.)

Картошка, Капуста,

Морковка, (Загибают пальчики.)

Горох, Петрушка и свекла. ОХ! (Хлопок.)

И суп овощной оказался неплох! (Показывают, как едят суп.)

Пальчиковые игры **«Платье»;**



**Куклам платья дружно
шили,
Кукол очень мы
любили,
Долго нитки
продевали,
Узелок потом вязали,
Отрезали лоскуток,
Прошивали вдоль
стежок.
Кукол поскорей
позвали,
Нарядили. Не узнали!**

Дыхательная гимнастика «Подуем на платочек»



П/и «Ловишки»



НОД ФЭЭП «Откуда берутся нитки и ткани. Спортивная одежда»









Рассматривание иллюстраций о спорте, спортсменах; «Спортивная одежда»;





гимнастика после сна.



Развлечение: «Путешествие в сказку».













Выводы:

В процессе работы над проектом сформировалось желание у детей и родителей заботиться о сохранении своего здоровья, правильно применять полученные знания в жизни.

Происходит постепенное снижение количества заболеваний наиболее часто встречающихся в дошкольном детстве.



Спасибо за внимание!

