

МАДОУ д/с «Солнышко»



**Если хочешь быть
здоров – закаляйся!**

**Воспитатель старшей группы:
Юсупова Резеда Айратовна**



Цель проекта:

Систематизация физкультурно-оздоровительной деятельности в старшей группе по закаливанию.



Задачи проекта:

- 1. Формировать потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании по сохранению и укреплению здоровья.
- 2. Закреплять навыки гигиены, представления о режиме, активности и отдыхе.
- 3. Показать детям преимущества здорового образа жизни, вызвать у них желание заниматься закаливанием своего организма.
- 4. разработать рекомендации для родителей старшей группы по сохранению и укреплению здоровья.





Участники проекта: воспитатели, дети, родители.

Срок реализации:

С 1 февраля по 28 февраля 2018г.

Тип проекта: краткосрочный.

Ожидаемые результаты: Дети имеют элементарные представления о здоровом образе жизни, выражают положительные эмоции (интерес, радость, восхищение) при выполнении закаливающих процедур. Свободно владеют соответствующим возрасту разнообразными методами закаливания. Снижение заболеваемости детей.



Подбор и ознакомление пословицами и поговорками



1. Здоровье не купишь – его разум дарит.

2. Чистота залог здоровья.

3. Здоровья в порядке – спасибо зарядке.

4. Здоровье – главное богатство.

5. Здоров будешь – всего добудешь.

6. Если хочешь быть здоров – закаляйся!



- **Организация системы закаливания** – важнейшая часть физического воспитания детей дошкольного возраста. Лучшими средствами закаливания являются естественные силы природы: воздух, солнце и вода.
- Цель закаливания – выработать способность организма быстро приводить работу органов и систем в соответствие с меняющейся внешней средой.
- Закаливание воздухом – наиболее доступное средство закаливания в любое время года. Систематическое пребывание детей на воздухе способствует более быстрой адаптации организма к смене температурных условий. Положительное воздействие воздушных ванн повышается, если сочетается с физическими упражнениями.



Наша группа

Детский сад
"Солнышка"

Юсупова Р.А.

Группа "Полосатки"

Кульмухаметова
Нурия

Кусарбаев
Ислам

Габдрахманова
Диана

Абдуллин
Данил

Хусанова
Динара

Маркин
Костя

Ахмедьянов
Язар

Галин
Марат

Насырова
Диана

Муталлов
Максим

Фаритова
Нурия

Янбаев
Нуруз

Рыскулов
Артур

Маркин
Савелий

Валеев
Искандер

Гусманова
Шулпан

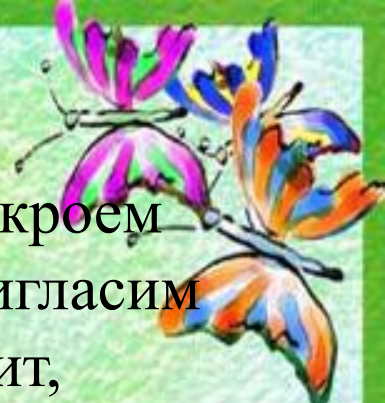
Алишанова
Дарина



Наш девиз:

Пока мы только
звездочки,
Но вам, не долго ждать
Мы скоро станем
звездами
И будем удивлять!





Утром форточки откроем
Свежий воздух пригласим
Зарядка нас взбодрит,
настроит
И прибавит новых сил.



Чтобы горло закалять
Его надо закалять.



Все спят ночью, но и днем
Мы немного отдохнем
За полдня устали слишком
Надо сделать передышку.
Голове, рукам и нас
Нужен отдых – тихий



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





Если хочешь быть здоровым,
В группе вырасти лук.
В них есть много витаминов,
Они помогут от всех недугов.



Дыхательная гимнастика

Вдох – с улыбкой
день встречаем,
Выдох – всё мы
замечаем.



ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ



Хорошо, когда дети играют:
будни серые вмиг расцветают,
в то же мгновение мир
наступает –
это игра забияк примиряет.

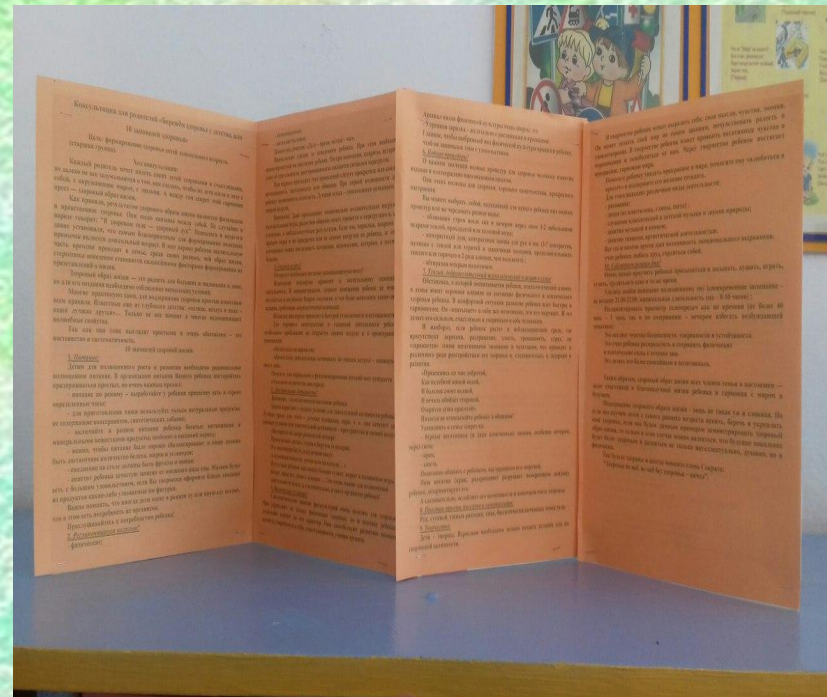
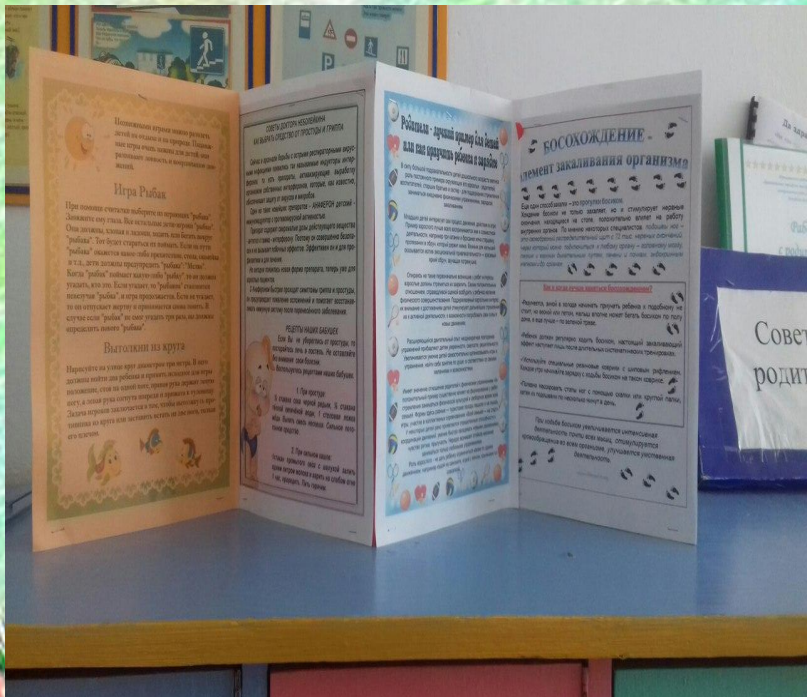


**Кто спит в постели
сладко?
Давно пора вставать.
Спешите на зарядку!
Мы вас не будем ждать!
По ровненькой дорожке,
По ровненькой дорожке,
Раз – два, раз – два!
Шагают наши ножки.**



Работа с родителями

Папки – передвижки, участие родителей в конкурсах



НЕСТАНДАРТНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

Участие родителей

Бильбоке



Гантели



Кольцеброс



МАССАЖНЫЕ ПЕРЧАТКИ





СПАСИБО ВАМ ЗА ВСЕ!

