

# ПРОЕКТ БУДЬ ЗДОРОВ

The illustration depicts a vibrant scene with three cheerleaders in red and white outfits performing on a stage. They are holding yellow and purple pom-poms. The stage is flanked by two large, golden speakers. In the background, a city skyline is visible under a bright blue sky with a sun and clouds. The overall style is colorful and cartoonish.

В средней группе

спорт

# Проблема

Что мы знаем о здоровье?

# Причины

Недостаточно знаний о здоровом образе жизни

# Цель

Освоение навыков элементарного массажа

# Задачи

формирование навыков правильного дыхания, профилактика простудных заболеваний, навыки правильного дыхания

привитие навыков элементарного самомассажа

# Деятельность педагогов

Изготовление карточек: пальчиковой, дыхательной гимнастики для глаз, речевого аппарата, стоп, оздоровительные упражнения для горла, шеи.

Создание альбома «Здоровым быть хочу».

Подобрать серию сюжетных картинок для составления рассказа.

Разработать цикл тематических бесед.

Изготовить картотеку художественного слова на тему «Здоровья» (пословицы, поговорки, стихотворения, загадки)

Консультации для родителей.

Изготовление буклетов «Будем здоровы»

Изготовить картотеку: «Оздоровительные упражнения».

# Деятельность детей

Рассматривание демонстрационного материала на тему «Здоровье»

Чтение и заучивание наизусть стихов, отгадывание загадок, чтение рассказов, пословиц и поговорок.

Рисование, Аппликация, Лепка на тему «Будь здоров»

РАБОТА

Консультации на тему: «Здоровый ребенок» Изготовление книжек - малышек

Рисование на тему: «В здоровом теле - здоровый дух»

Целевая прослушка: Акция «Будь здоров»

Мама, папа, брат и я!  
Мы - счастливая семья!

С РОДИТЕЛЯМИ



Скоро лето

# ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Скоро лето



# ИНТЕГРАЦИЯ ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМ ОБЛАСТЯМ

## Коммуникация:

Рассматривание иллюстраций: «Части тела».

Викторина: «Загадки от Доктора Ай – Болита»

Рассматривание иллюстраций: « Нос, рот, уши»

Звуковая гимнастика.

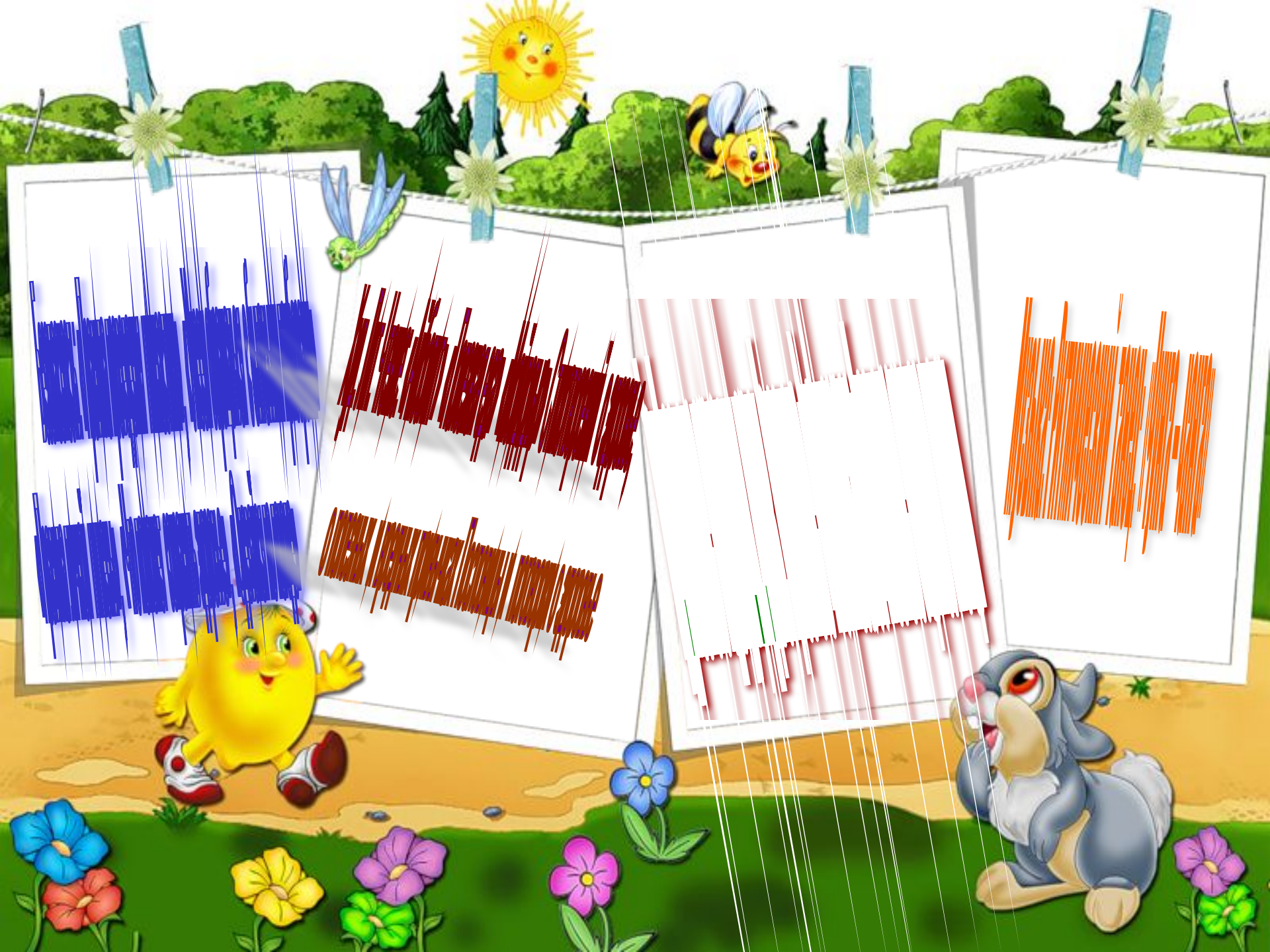
Заучивание стихотворения.

Составление рассказа: «Как я делаю зарядку

Составление описательного рассказа по картине:

«Мы спортом занимаемся».








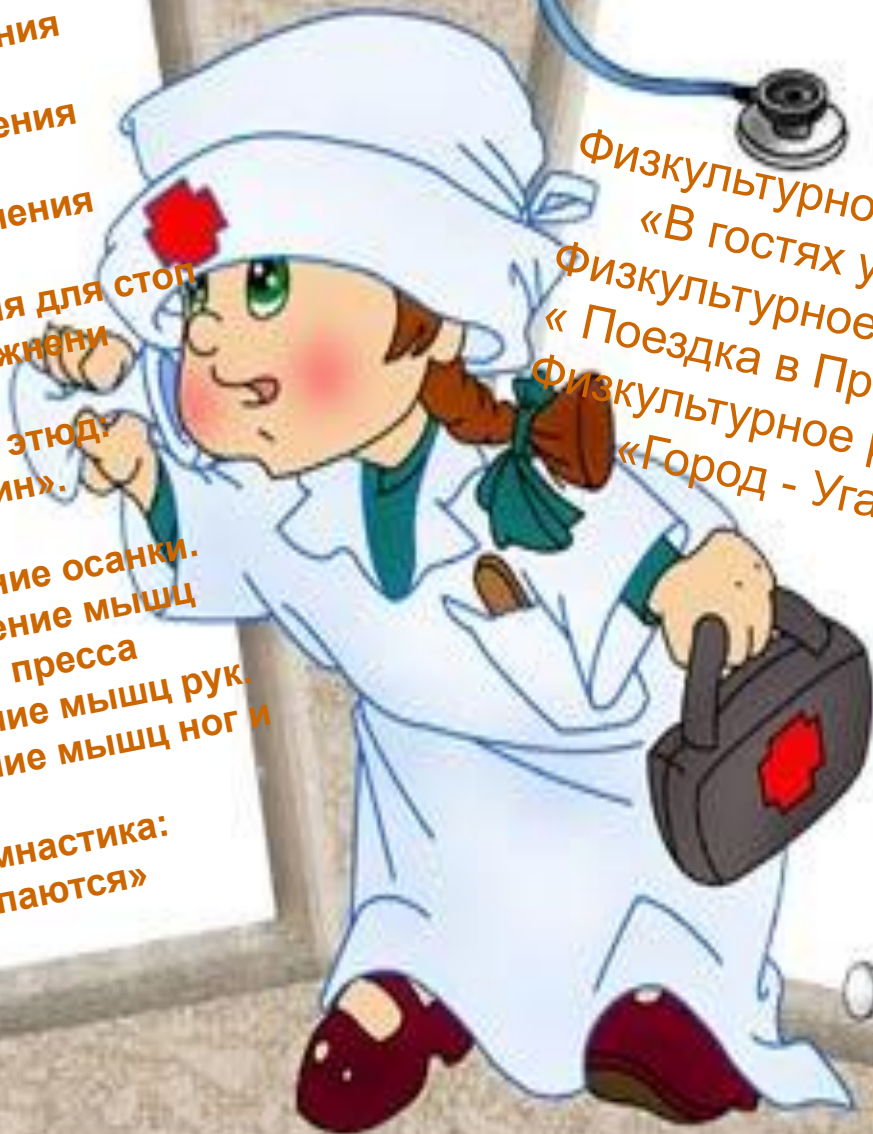
## Здоровье:

- Оздоровительные упражнения для носа,
  - Оздоровительные упражнения для позвоночника
  - Оздоровительные упражнения для горла.
  - Оздоровительные упражнения для стоп
  - Оздоровительные упражнения для глаз
  - Психогимнастический этюд: «Сердитый витамин».
  - Самомассаж
  - Упражнения на укрепление осанки.
  - Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса
  - Упражнения на укрепление мышц рук.
  - Упражнения на укрепление мышц ног и живота.
  - Пластическая гимнастика: «Котята просыпаются»
- 



## Физкультура:

- Физкультурное развлечение: «В гостях у матрешки»
  - Физкультурное развлечение: «Поездка в Простоквашино»
  - Физкультурное развлечение: «Город - Угадай-ка»
- 





## Социализация:

Подвижная игра: «Бабочки»,  
«Найди себе пару»,  
«Искатели», «Поезд»,  
«Пчелы и медведь», «Самолеты»,  
«Лошадки», «Гуси - лебеди».  
Настольно – печатные игры:  
«Хочу быть здоровым»,  
«Полезная еда».

Дидактическая игра:  
«К какому врачу пойдём»,  
«Витамины – это таблетки,  
которые растут на ветке»,  
«Ребята делают зарядку»,  
«Узнай по вкусу».

Игра – викторина:  
«Наше здоровье – для нас»  
Сюжетно – ролевая игра:  
«Доктор – Айболит»

## Художественное творчество:

Рисование: «Радуга здоровья»,  
«Как защитить себя от  
микробов?»,  
«Чистота залог здоровья»,  
«Спорт для здоровья»  
Аппликация: «Витамины»,  
«Клякса – Вакса»,  
«Витамины в овощах»  
Лепка: «Большая витаминка»

## Познание:

Беседы «Что такое здоровье?»,  
«Кто такие микробы?»,  
«Чем дышим, видим, слышим?»  
«Чтобы сильным быть и ловким,  
всем нужна нам тренировка»,  
«Пришла Весна  
– или одеваемся по погоде»,  
«Кто с закалкой дружит  
– ни когда не тужит»,  
«Полезные и вредные привычки»,  
«Солнце, воздух и вода наши  
верные друзья»  
Экскурсия в кабинет мед. работника.  
Акция: «Будь здоров»



Чтоб здоровыми быть и друзьями  
Заниматься спортом нужно