

Мы не хотим болеть

МБДОУ №52 «СКАЗКА»
Автор воспитатель 5 группы
Идиятуллина Л.Н.

* Тип проекта: оздоровительный

По числу участников проекта : групповой.

По времени проведения: краткосрочный.

По характеру контактов: в рамках ДОУ.

Состав проектной группы:

- * Руководитель проекта – воспитатель средней группы .
- * Участники – дети средней группы, родители .

Цель проекта:

Дать понятие о здоровом образе жизни.

Задачи :

- 1.познакомить детей с оздоровительными комплексами.
- 2.определить важность некоторых комплексов в зимний период.
- 3.воспитывать здоровый образ жизни.

Гипотеза : правда ли что все эти оздоровительные комплексы помогут предупредить болезнь.

« Здоровье всему голова»

ЗАПОМНИ:

- Здоровье дороже богатства
- Здоровым будешь- все добудешь
- Здоровье не купишь
- В здоровом теле – здоровый дух

Осторожно грипп!



Когда же в кровь он поступает ,
Такой коварный вирус грипп !
Озноб и боли вызывает,
Совсем тогда нас не щадит !
НЕ только этим грипп ужасен ,
Он ослажнениями опасен
Предупреждается так он :
Витамин С , интерферон.
Горячий чай с лимоном пейте,
И гриппом больше не болейте !

Познакомились с профилактическими комплексами.



Какое действие оказывает оксолиновая мазь?

- * Помогает организму бороться с вирусом.
- * Предотвращает проникновения бактерий.
- * Останавливает размножение бактерий (на начальной стадий)
- * Защищает о вирусов гриппа и герпеса.





Утренняя гимнастика

Каждый день у нас ребята,
Начинается с зарядки.
Сделать нас сильнее немного
Упражнения помогут

«Чеснок и лук от семи не дуг»



Готовим лимонно-чесночный настой.

Чтоб болезнь не сбила с ног,
Ешь и лук ,и злой чеснок,



И лимоны , апельсины .
Все съестные витамины.



Чтоб недуг свернул с тропинки!

Полоскание рта после обеда
солевым раствором.



Использование
ароматерапии





Гимнастика пробуждения

Сон прошел, и мы проснулись,
Улыбнулись, потянулись,
Одеваться все пошли.

Йодно-солевое топтание.





Будьте здоровы...

Вот те добрые советы,
В них и спрятаны секреты,
Как здоровье сохранить.
Научись его ценить!

Вывод:

- * Дети узнали подробно важность оздоровительных комплексов и решили их выполнять постоянно.**

Спасибо за внимание!