

# ФИЗКУЛЬТУРНО- ОЗДОРОВИТЕЛЬНА Я РАБОТА в группе

Составила

Воспитатель ГБДОУ д/с № 72

Санкт-Петербурга

Чебрикова Ольга Анатольевна

Вариативные  
режимы дня

Распределение  
образовательной  
деятельности

Закаливание

Гигиеническое  
состояние воздуха и  
помещения

Развивающая  
среда

Режим  
двигательной  
активности

НОД и игры  
по ОБЖ

Индивидуальная  
работа

Психологический  
комфорт

Физкультурно-  
оздоровительная  
работа в группе

НОДы игры по ОБЖ

# Актуальность проекта:

Ребенок конца XX – начало XXI века, по мнению академика Н.М. Амосова, «сталкивается с тремя пороками цивилизации: накопление отрицательных эмоций без физической разрядки, неправильное питание и гиподинамия».

Таким образом, правильное физическое развитие детей, их состояние здоровья во многом зависят от двигательной активности и организации здорового питания.

В центре внимания по физическому развитию и укреплению здоровья детей должны находиться: семья, включая всех ее членов, образовательное учреждение, где ребенок проводит большую часть своего времени.

# Цель проекта:

Создать условия для удовлетворения естественной биологической потребности детей в движении

Повысить уровень знаний детей о ценности правильного питания, пользе «живых» витаминов и сбалансированного меню

Обеспечить тесную связь с семьей, преемственность оздоровительной работы

# Задачи проекта:

- ✓ Расширить представления детей о правильном питании, «полезных» и «вредных» продуктах
- ✓ Уточнить и обогатить знания детей о витаминах, их пользе и содержании в продуктах
- ✓ Повысить двигательную активность детей в течение дня
- ✓ Воспитывать любовь к занятиям спортом, интерес к их результатам, достижениям спортсменов.
- ✓ Развивать защитные силы организма
- ✓ Обеспечить интеграцию образовательных областей
- ✓ Привлекать родителей к физкультурно-оздоровительной работе в группе

# Содержание работы

С ДЕТЬМИ	С РОДИТЕЛЯМИ
✓ Выполнение закаливающих мероприятий	✓ Анкетирование
✓ Непосредственно образовательная деятельность (ОБЖ)	✓ Физкультурный досуг «Мама, папа, я – спортивная семья»
✓ Соблюдение режима двигательной активности	✓ Создание странички книг «Где живут витамины?»
✓ Создание пирамиды здоровья	✓ Создание семейной презентации
✓ Отгадывание кроссворда	✓ Наглядная информация
✓ Театрализованная деятельность	✓ Список литературы
✓ Игровая деятельность	✓ Показ презентации
✓ Просмотр презентаций	✓ Оформление фотовыставки
✓ Изготовление нетрадиционного физкультурного оборудования	

# Мы команда АПЕЛЬСИН –

В СП

ДИМ!



**Для спортивного здоровья  
Молоко мы пьем коровье.  
Ну а чтоб хватало сил –  
Фрукт чудесный –  
АПЕЛЬСИН!**



**Здоровый образ жизни**

–

**Закон для всех один!**

**Забудьте про конфеты!**

**И ешьте АПЕЛЬСИН!**



**Апельсины, дружно вместе!  
вперед!**

**Обыграем всех на свете!  
придет!**

**Мы покатымся**

**И победа к нам**



# Театрализация: «Морковка и ее

# друзья»

**В Осеннем  
королевстве, в  
осеннем королевстве  
Порою  
происходит тысяча  
чудес!**

**А Овощи и  
фрукты – и вовсе не  
продукты,  
А превратились в  
принцев и принцесс!**





**Кабачок танцует с огурцом  
зелёным,  
А Лучок на скрипке заиграл под  
клёном,  
Яблоко и Груша, Вишенка и  
Слива  
Все принарядились к празднику  
красиво!**



**Я- красавец- Баклажан,  
Фиолетовый кафтан,  
Благородный, редкий  
цвет.**

**Я, друзья, интеллигент.**

**Я- полезная малина,  
прогоню от вас ангину,**

**Если нужно  
полечиться- я сумею  
потрудиться!**

**А с малиною варенье  
вам прибавит настроенье!**

**Цвет мой- просто  
загляденье, а на вкус я-  
объеденье!**

# Играем и учимся!

Дидактическая игра  
«Что где растёт?»



## Дидактическая игра «Аскорбинка и ее друзья»





**Дидактическая игра  
«Накрой на стол»**



**Что же выбрать? Вкусно,  
но не полезно?....Нет!  
Вкусно и ПОЛЕЗНО!  
Много витаминов!**



# Творим и

Вот так фрукты и овощи!  
**Повтор**  
Бумажные витамины!





# «Где живет ВИТАМИН?»



**Нарисуем, что узнали!...Очень интересно!**





**Где же живет  
витамин?**

# Мы и сами





**Вот так  
яблоко!  
Сколько много  
витаминов! Не  
только вкусно,  
но и  
полезно!!..  
Расскажем  
всем об этом!**



# Физкультура – наш

# друзья!

**Мы капусту рубим  
рубим;  
Мы капусту трём, трем;  
Мы капусту солим  
солим;  
Мы капусту мнем, мнем**





**Витамины с нами в  
спорте!**



**Веселые эстафеты!  
Кто быстрее???...не  
забывать про правила!**





**Бодрящая гимнастика поможет нам проснуться!**



**Овощи и фрукты из поролона собрать ножкой!**

**Пальчиковые игры**  
**Развиваем мелкую моторику и**  
**повторяем названия, чем**  
**полезны, какие есть витамины.**





# Выросли





**Сами вырастим  
витамины!  
Сами их съедим на обед!  
ВКУСНО и ПОЛЕЗНО!**