

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение
центр развития ребёнка – «Детский сад № 209 «Росток»
(МБДОУ ЦРР – «Детский сад № 209»)**

**Реализация
оздоровительного проекта
«Здоровье – это здорово».**

**Составители: Хазова Е.И.
Гукк Н.В.**

2019 год.

В рамках освоения образовательной программы, в нашей группе был осуществлен проект по теме «Здоровье – это здорово».

Этот проект имеет здоровьесберегающую направленность. Используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность, в итоге формирует у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, полноценное развитие. Применение в работе ДОУ здоровьесберегающих педагогических технологий повышает результативность воспитательно-образовательного процесса, формирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников.



Цель проекта: сформировать у детей основ здорового образа жизни.

Основной задачей является: воспитание у детей осознанного отношения к своему здоровью.

Успешное решение поставленных задач возможно при условии комплексного использования всех средств физического воспитания: рациональный режим дня, здоровое питание, закаливание и двигательный режим.

Существуют разнообразные формы и виды деятельности, направленные на укрепление и сохранение здоровья дошкольников. Их комплекс получил в настоящее время общее название «здоровье-сберегающие технологии».

В нашей группе были реализованы следующие формы работы с детьми.

- **Беседы «Зачем людям спорт», «Мое здоровье», «Как правильно чистить зубы», «Мы играем - здоровье улучшаем», «Вкусная и полезная еда дает силы нам всегда», «Зачем нужны витамины».**
- **Составление детьми описательных рассказов про спорт.**
- **Загадки и пословицы про спорт.**
- **Рассматривание альбомов «Виды спорта».**
- **Чтение произведений А.Барто «Зарядка», Э.Успенская «Дети, которые плохо едят в саду», детская энциклопедия «Организм человека».**
- **Рассматривание плакатов «Наше тело», «Правила безопасного поведения» и т. д.**



А так же:

- **Подвижные игры, эстафеты на участке.**
- **Закаливание: Воздушное и обширное умывание, массажи.**
- **Спортивные развлечения.**
- **Комплексы по профилактике плоскостопия, осанки.**



- Лепка «Дети на спортивной площадке», «Дети на лыжах».
- Рисование «Зубная щетка - лучший друг всех зубов».
- Дидактические игры «Полезные продукты».
- Аппликация «Витамины в банке».



Для того, чтобы решить проблему оздоровления детей, необходимо установить доверительно-деловые контакты с взрослыми, участвующими в воспитании. Для реализации работы с родителями по организации здорового образа жизни детей необходимо использовать хорошо зарекомендовавшие себя формы. Совместно с родителями мы оформили валеологический вестник «Смешарики занимаются спортом», Семьи: Колмыковых и Абдулмаликовых, через портфолио поделились опытом по формированию здорового образа жизни в семье. Так же были оформлены ширма «Оздоровительная педагогика в детском саду», консультация «Здоровый образ жизни наших детей».



**Спасибо за
внимание.**