

муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
г. Ростова-на-Дону «Детский сад 254»

# «В здоровом теле, здоровый дух»

Руководитель проекта :

Инструктор по ФК

Бокий В.А.



«Нужно поддерживать крепость тела,  
Чтобы сохранить крепость духа»  
Виктор Гюго.

Цель: Сформировать у детей основы здорового образа жизни, добиваться осознанного выполнения правил здоровьесбережения и ответственного отношения, как к собственному здоровью, так и здоровью окружающих.

Задачи:

- Дать детям представление о человеке, как части природы.
- Помочь ребёнку создать целостное представление о своём теле.
- Прививать навыки профилактики и личной гигиены.
- Развивать у детей умение предвидеть возможные опасные ситуации для жизни и здоровья, последствия своих поступков для себя и сверстников.
- Сформировать у детей представление о здоровье как одной из главных ценностей человеческой жизни, об умении беречь своё здоровье и заботиться о нём.
- Формировать базу знаний и практических навыков здорового образа жизни.



# Дидактическая игра «Четвертый лишний»

# Консультации для родителей



**Консультация для родителей:**  
**«Как выбрать вид спорта для ребенка»**

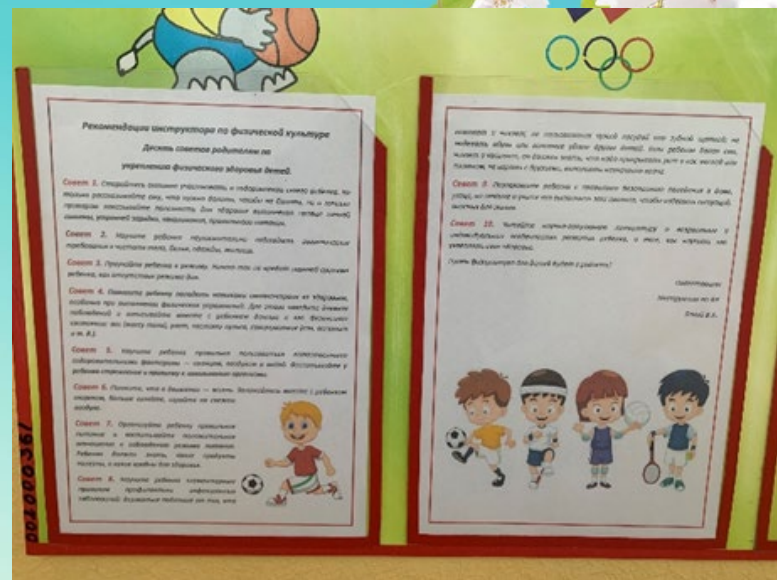
С самого рождения, родители стремятся развивать своего ребенка. Принимаем все чаще и чаще мамы и папы отдадут предпочтение развитию духовному и интеллектуальному, отодвинув физические занятия на второй план. Врачи, обоснованные статистические исследования сердечно-сосудистых заболеваний, провели исследования среди детей и подростков. Результат был впечатляющим. Оказалось, что возраст от 5 до 8 лет является определяющим в плане риска развития у взрослого человека атеросклероза и инфаркта миокарда. Причем, чем активнее ребенок занимался спортом, тем меньше этот риск.

Понятно, что каждый родитель хочет, чтобы его ребенок рос здоровым и сильным.

Итак, решение: надо заниматься спортом! Но каким именно? В поисках решения проблемы физической подготовки мамы и папы, к сожалению, нередко ступают на неверный путь. И все по причине того, что часто интереса и возможности ребенка остаются на заднем плане в угоду родительским амбициям. Лето – прекрасное время начать подготовку вашего ребенка к занятиям спортом. Не стоит лезть голову над телом, некая спортивная школа в вашем городе лучше – это вам, скорее всего, подскажут приятельницы, либо, изучив газеты или Интернет-сайты, вы сами вычисте окончательный вариант. Главная проблема другая: какой вид спорта выбрать. Выбор спортивных секций, школ и клубов достаточно велик.

**✓ Командные игры**

Этот вариант лучше всего подходит для развития контактов, общительности детей. Или, наоборот, детям, нуждающимся в развитии этой черты характера. Девочкам обычно рекомендуют попробовать себя в баскетболе, гандболе, волейболе, но отдавать дочку, например, в женский хоккей большинство даже увлеченных этим видом спорта родителей считают нецелесообразным.



# Выставка рисунком «Мои друзья – Витамины»



# Реализация проекта

- Дети расширили представление о здоровом образе жизни.
- Дети познакомились с литературными произведениями по теме проекта.
- С удовольствием слушали рассказы, сказки, стихи о здоровом образе жизни, задавали вопросы.
- Узнали, что полезно, а что вредно для организма, что нужно знать и делать для сохранения здоровья.
- Дети стремятся к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, соблюдению режима дня, правил безопасного поведения.
- Дети осуществляют перенос опыта здоровьесберегающей деятельности в игру.

