

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Леньковский детский сад «Аленушка»**

**Проект ЗОЖ в подготовительной группе
«В здоровом теле - здоровый дух»**

**Подготовили воспитатели: Кузнецова С.А
Шинкарева С.Л**

Цель проекта:

-сформировать у детей старшего дошкольного возраста основ здорового образа жизни.

Задачи проекта:

1. Изучить и проанализировать представления детей о здоровом образе жизни.
2. Отобрать методический материал, методы и приемы по здоровому образу жизни.
3. Развивать у детей желание заниматься спортом.
4. Заинтересовать родителей укреплять здоровый образ жизни в семье.
5. Воспитывать осознанное отношение к своему здоровью.

Этапы реализации проекта:

1 Разработка проекта.

2 Реализация проекта.

3 Подведение итогов.(презентация)

Формы работы с детьми:

Тематические беседы с детьми:

«Что такое здоровье»

«Полезная пища»

«Мое тело»

Ознакомление с литературой:

- К. Чуковский «Доктор Айболит»
Стихотворения о здоровье:
- А. Барто «Девочка чумазая»
- К. Чуковский «Мойдодыр»
- Александрова «Купание»
- Г. Зайцев «Дружи с водой»
- Загадки и пословицы о здоровом образе жизни
- Презентации

Игровая деятельность:

Подвижные игры:

Эстафета «Кто быстрее»,
«Собери урожай»,
«Найди свой овощ»
Народные п/и «Гуси – лебеди»,
«Гори – гори ясно»
Спортивное развлечение
«Веселая спортландия».

Гимнастика для глаз.

Дыхательная гимнастика на свежем воздухе «Листочек»

Дыхательная гимнастика «Каша кипит»

Дидактические и развивающие игры

«Приготовим кашу»

«Полезно и вредно»

«Составь меню»

«Поварята»

Совместная художественно-продуктивная деятельность:

- Рисование карандашами, фломастерами, красками на тему
- «Мы со спортом дружим»!
- Изготовление коллажа
- «Витамины на столе»

Фотоотчет по реализации проекта:

АНКЕТА

**Уважаемые родители!
Мы просим Вас ответить на предложенные
вопросы.**



Смотрели презентации: «Виды спорта», «Мое тело», «Изучаем части тела»



Чтобы мне здоровым быть,
Надо овощи любить.
Свекла, репа, лук, морковь-
Моя первая любовь



С витаминами мы
дружим
И здоровыми
растем,
Никогда не
унываем-
Очень весело
живем.



Коллаж «Витамины на тарелке»



Дыхательная гимнастика на свежем воздухе «Листочек»



Подвижные игры на свежем воздухе



Спортивное развлечение «Веселая спортландия».



Здоровый образ жизни, правильное питание, занятие физкультурой - все это позволит нам укрепить и приумножить здоровье наших детей!

Спасибо за внимание.