



## Проект «День здоровья».

**Тип проекта:** познавательный - исследовательский.

**Продолжительность проекта:** краткосрочный.

**Сроки реализации проекта:** однодневный.

**Участники проекта:** дети, педагоги, родители.

### **Цель:**

Формирование у дошкольников основ здорового образа жизни, добиваться осознанного выражения правил здоровьесбережения и ответственного отношения как к собственному здоровью, так и здоровью окружающих.

### **Задачи:**

- Закреплять знания, умения и навыки, полученные ранее;
- Формировать двигательную активность детей;
- Создавать условия для физической разрядки детей;
- Укреплять физическое здоровье детей;
- Повышать сопротивляемость к простудным заболеваниям;
- Прививать любовь и интерес к здоровью, спорту;
- Воспитывать у детей добрые и дружеские взаимоотношения.

### **Совместная деятельность с детьми:**

- Беседа: «Что я знаю о здоровье?», просмотр презентации по теме.
- Заучивание пословиц и поговорок о здоровье.
- Чтение художественной литературы Шорыгина Т. «Зарядка и простуда».
- С/Р игра «Больница».
- Ежедневная профилактическая работа:
  - Утренняя гимнастика.
  - Дыхательная гимнастика.
  - Гимнастика пробуждения, дорожка «здоровья».
  - Облегченная одежда в группе.
  - Прогулка с подвижными играми.
  - Хождение босиком до и после сна.
  - Сказкотерапия.
  - Пальчиковая гимнастика.
  - Физкультминутки.
  - Подвижные и спортивные игры со всей группой.
  - Динамические паузы.
  - Самостоятельная двигательная деятельность.

### **Совместная деятельность родителей и детей:**

Приглашение к участию в совместных мероприятиях (зарядка).











Воспитатели: Близнюк А. Н.  
Хромова А. А.

апрель 2024 год