**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад №2 «Юбилейный»**

**ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ПРОЕКТ**

**«Месяц здоровья»**

Инструктор по физической культуре

Радченко О.А.

**Октябрь 2018 – 2019г.**

**Паспорт проекта**

**«Месяц Здоровья»**

**АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОЕКТА:**

В современных условиях развития общества проблема здоровья детей является актуальной, как никогда ранее, в связи с тенденцией к ухудшению здоровья детского населения. Достичь необходимого уровня интеллектуально-познавательного развития может только здоровый ребенок. Развитие детей и улучшение их здоровья в процессе воспитания и обучения в дошкольных образовательных учреждениях – одна из актуальных задач современной педагогики.

Общепризнано, что фундамент здоровья ребенка закладывается в семье. Несмотря на то, что многие родители признают важность физического воспитания, исследователи констатируют явно недостаточную активность родителей в данном элементе семейного воспитания.

Не секрет, что благоприятные условия развития, обучения и воспитания дошкольника могут быть реализованы лишь при тесном взаимодействии двух социальных институтов – дошкольного отделения и семьи. Педагоги не в состоянии решить проблему укрепления здоровья детей без помощи специалистов, медицинских работников, родителей ребёнка.

Одним из средств, эффективно способствующих формированию здоровья дошкольников и выработке правильных привычек, является специально-организованная досуговая деятельность, которая предполагает объединение взрослых и детей, увлеченных общими интересами, на основе свободного детского выбора. Различные физкультурные мероприятия способствуют формированию у детей ловкости, выносливости, смелости, умения жить в коллективе, усиливают интерес к физическим упражнениям, двигательной активности, приобщают к спорту и здоровому образу жизни. На досугах, праздниках дети совершенствуют умения и навыки, полученные на занятиях, в интересной и увлекательной форме расширяют кругозор в области спорта. Родители, в процессе совместной деятельности, получают необходимые рекомендации по формированию у детей здорового образа жизни.

Гимнастика, физические упражнения, ходьба должны прочно войти в повседневный быт каждого кто хочет сохранить работоспособность, здоровье, полноценную и радостную жизнь. Но прежде неплохо было бы овладеть элементарными знаниями, которые помогли бы нам выбрать наиболее рациональный путь к здоровью с учётом личных физиологических возможностей, привлечь к решению проблемы всех участников образовательного процесса, особое внимание уделяя взаимодействию с родителями. Для реализации данной цели и служит “Месяц здоровья”.

**Тип проекта:**

**по доминирующей в проекте деятельности:** практико-ориентированный.

**по содержанию:** социально - педагогический.

**Участники проекта:** дети групп общеразвивающей направленности с 3 до 7 лет, воспитатели групп, медицинская сестра, родители.

**По времени проведения:** краткосрочный (с 01.10.2018г. по 31.10.2018г.)

**По характеру контактов:** в рамках МДОУ.

**Проблема**- поиск участниками образовательного процесса эффективных путей укрепления здоровья ребенка и приобщения его к здоровому образу жизни.

**Цель проекта :**

- воспитание у детей эмоционально положительного отношения к физической культуре, как естественной составляющей общечеловеческой культуры;

- приобщение детей и их родителей к здоровому образу жизни.

- обеспечение оптимального двигательного режима в течение реализации проекта.

**Задачи проекта:**

**Оздоровительные:**

* охрана и укрепление здоровья, обеспечение нормального функционирования всех органов и систем организма;
* всестороннее физическое совершенствование функций организма;
* повышение работоспособности и закаливания;

**Образовательные:**

* овладение ребёнком элементарными знаниями о своём организме, роли физических упражнений в его жизни, способах укрепления собственного здоровья;
* формировать двигательные умения и навыки ребенка за счет освоения новых доступных движений,
* ознакомить детей с разными видами спорта;
* расширять кругозор в вопросах спортивной жизни страны;
* обогащать знаниями в области физической культуры и спорта;

**Развивающие:**

* развивать положительную мотивацию к занятиям спортом, здоровому образу жизни;
* формировать интерес к определенному виду спорта.

**Воспитательные:**

* Воспитывать чувство патриотизма, товарищества, взаимопонимания;
* Формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями;
* Воспитывать доброжелательное отношение в игре, четкое соблюдение правил игры и техники безопасности.
* Воспитывать чувство гордости от участия в коллективной деятельности.
* Воспитывать волевые качества, способность к самоконтролю при выполнении двигательных действий.

**Задачи по взаимодействию с семьей:**

* внедрять новые формы и методы работы с семьёй;
* устанавливать единые требования к процессу физического воспитания в семье и детском саду;
* усилить связь между повседневной воспитательно-образовательной работой с детьми в детском саду и воспитанием ребёнка в семье;
* использовать личный пример взрослых членов семьи в физическом воспитании дошкольников;
* изучать положительный опыт семейного физического воспитания и пропагандировать его среди родителей.

**Образовательная область:** физическое развитие

**Области интеграции:** познавательное, социально-коммуникативное, художественно-эстетическое, речевое развитие.

**Ожидаемый результат:**

Обогатится социальный опыт дошкольников, расширится их кругозор.

Повысится интерес детей к физкультурным занятиям и спорту.

У детей сформируются представления о здоровом образе жизни.

У родителей сформируются представления о создании благоприятного эмоционального и социально – психологического климата для полноценного развития ребенка. Родители будут вовлечены в единое пространство «семья – детский сад».

**Обеспечение проектной деятельности:**

**Методическое:**

1.Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы». Н.Е.Веракса

2.Физическая культура для старшей группы. Л.И. Пензулаева

3.Быть здоровыми хотим. М. Ю. Картушина

4. Подвижные игры в детском саду. М.М.Конторович

5.Физическое воспитание в детском саду. Э. Я. Степаненкова

6.Методика проведения подвижных игр.. Э. Я. Степаненкова

7.Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет.Л.И. Пензулаева

8. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Яковлева Л.В., Юдина Р.А.

9.С физкультурой дружить - здоровым быть. М.Д.Маханева

10. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении .Н.С. Голицына.

**Материально – техническое:**

спортивный инвентарь: мячи, обручи, скакалки, платочки, флажки и др;

музыкальное сопровождение: МР3 диск с детскими песнями.

**Содержание деятельности по реализации проекта:**

1. ***Подготовительный этап* (24.09.– 28.09.2018г.):**

Оформление информационного уголка для родителей: размещение консультаций и рекомендаций на тему здорового образа жизни.

Анкетирование родителей «Растем здоровыми» (приложение №5)

Изучение понятий, касающихся темы проекта.

**2. *Основной этап* (планирование, организация) (01.10. – 26.10.2018г.):**

Неделя Здоровья в младшей группе (01.10.-05.10.2018г.) (приложение №1)

Неделя Здоровья в средней группе (08.10.-12.10.2018г.) (приложение №2)

Неделя Здоровья в старшей группе (15.10.-19.10.2018г.) (приложение №3)

Неделя Здоровья в подготовительной группе (22.10.-26.10.2018г.) (приложение №4)

**3.Заключительный этап (29.10.-31.10.2018г.):**

Обработка и оформление материалов проекта.

Оценка результатов работы всех участников проекта (проводится на основании бесед с детьми и их родителями).

**Приложение №1**

**План мероприятий**

**проведения « Недели Здоровья» в младшей группе «Непоседы»**

**с 01.10.2018г. по 05.10.2018г.**

**Цель:** Дать представление о здоровье, его значении, способах сохранения и укрепления; формировать представление о ценности здоровья, желание вести здоровый образ жизни.

**Ежедневно:**

-утренняя гимнастика,

-закаливающие процедуры после дневного сна,

-самомассаж,

-индивидуальная работа по основным видам движения

**Понедельник**

***Утро:***

-Подвижные игры по желанию детей

-НОД по физическому развитию

-Беседа с детьми о "Частях тела"

Цель: знать основные части тела, для чего они служат.

*Вечер*:

-Пальчиковая гимнастика "Сойки" "Рыбка" "Замок" "Капуста"

Цель: развивать мелкую моторику пальцев рук.

**Вторник**

***Утро:***

-Рассмотреть с детьми карточки "Овощи и Фрукты"

-Беседа о пользе овощей и фруктов

Цель: закрепить знания детей о полезных продуктах.

*Вечер:*

*-* Дидактическая  игра «Полезное и неполезное».

Цели: формировать  знания детей о полезных  для здоровья продуктах.

**Среда**

**Утро:**

**-**Беседа «Чтобы зубы были здоровыми».

Цели:

- рассказать о значении зубов для человека;

- помочь уяснить,  как «работают» зубы;

- закрепить знания правил чистки зубов.

- НОД по физическому развитию

*Вечер:*

*-* Дидактическая игра: «Зубная щетка».

Цель: закрепить правила детей чистки зубов в процессе игры.

**Четверг**

***Утро:***

-Беседа: "Чистота - залог здоровья"

-Чтение сказки "Злючка - грязючка"

Цель: воспитание КГН

- Досуг «Я и дома и в саду с физкультурою дружу»

*Вечер:*

*-* Игровая ситуация «Кукла Катя заболела»

Цели:

- продолжать учить заботиться о своем здоровье;

- предложить детям обсуждение ситуации на тему «от чего можно заболеть?»

- расширять словарный запас детей.

**Пятница**

***Утро:*** -Чтение отрывка  из книги «Мойдодыр».

Цели:

-познакомить детей с произведением;

-рассказать о пользе чистоты; о вреде грязи;

-закрепить навыки личной гигиены.

- НОД по физическому развитию

*Вечер:*

-Спортивное развлечение "Мы спортсмены"

Цель: совершенствовать ползание по гимнастической скамейке, метание в даль от груди; способствовать развитию чувства равновесия, координации движений.

**Работа с родителями:**

- Папка передвижка "Закаливание в семье"

-Консультация для родителей "Соблюдение режима - залог здоровья детей"

**Приложение №2**

**План мероприятий**

**проведения « Недели Здоровья» в средней группе «Звёздочки»**

**с 08.10.2018г. по 12.10.2018г.**

**Цель:** формирование устойчивой привычки к режиму двигательной активности, интереса и потребности к физическому самосовершенствованию.

**Понедельник: "Где прячется здоровье».**

Цель: сформировать интерес к собственному организму, самочувствию, настроению, связанному с состоянием здоровья. Удовлетворить потребность детей в двигательной активности.  
  
-Утренняя гимнастика «Здоровью скажем - да!»  
-Беседа: «Что такое здоровье, как его сохранить и приумножить»   
-Сюжетно-ролевая игра «Магазин полезных продуктов питания»  
-Чтение А.Барто «Девочка чумазая»,

-Продуктивная деятельность: рисование по стихотворению А.Барто «Девочка чумазая»  
Прогулка: Игры с бегом: "Быстро возьми, быстро положи"; игры с прыжками: "Лягушки и цапли"; игры с бросанием и ловлей - "Кого назвали - тот и ловит".

**Вторник: Здоровые зубки**

**Цель**: Объяснить причину болезни зубов. Формировать потребность в сохранении зубов здоровыми. Приучать ребенка быть внимательным к себе, к состоянию своих зубов.

-Утренняя гимнастика «Если хочешь быть здоров»  
-Беседа: « Здоровые зубки»

- НОД по физическому развитию  
-Чтение сказки «Сказка о зубной щетке»  
-Дидактическая игра “Что вредно, а что полезно для зубов”  
-Продуктивная деятельность: аппликация «Зубная щетка для мальчика Пети»  
Прогулка: Подвижные игры-эстафеты:  
«Перевези лекарства» (бег, координация движений)  
«Займи место в обруче» (прыжки, развитие ловкости)  
«Сбор снежков» (метание в цель, развитие глазомера)

**Среда: «Мойдодыр»**

**Цель:** формирование представлений о правилах личной гигиены, дать детям элементарные представления об инфекционных болезнях и их возбудителях (микробы и вирусы) .

- Утренняя гимнастика «Рано утром умываюсь… »  
- Беседа «Микробы и вирусы»  
- Д/и «Предметы личной гигиены

- НОД по физическому развитию  
- Пальчиковая гимнастика «Моем руки чисто-чисто»  
Прогулка: Подвижные игры:  
«Поймай хвостик» (бег, развитие ловкости).  
«Поймай комара» (прыжки в высоту, координация движений).

**Четверг: «Здоровое питание. Витамины»**

**Цель:** расширение знаний дошкольников о наличии витаминов во фруктах и овощах; создание условий для формирования у детей представлений о полезных продуктах на нашем столе; создание мотивации для детей и родителей на формирование здорового образа жизни.

- Утренняя гимнастика «Во саду ли в огороде»  
- Беседа «Витамины и полезные продукты» (рассказать о пользе витаминов и их значении для здоровья человека)  
Прогулка:  
- Подвижная игра – эстафета «Витаминная семья»

- Развлечение «Витаминная кампания»

**Пятница: "Со спортом дружим мы всегда!»**

**Цель:** формирование устойчивой привычки к режиму двигательной активности, интереса и потребности к физическому самосовершенствованию.

- Утренняя гимнастика «Мы спортсмены»  
- Рассматривание иллюстраций о видах спорта

- НОД по физическому развитию

Прогулка: Подвижные игры  
"Кролики", "По ровненькой дорожке", "Бегите к флажку", "Попади в круг".   
Дидактические игра: "Угадай вид спорта", раскрашивание раскрасок

**Работа с родителями:**

Оформление папки передвижки для родителей «Здоровый ребенок»

Консультация для родителей "Красивая осанка - залог здоровья"

**Приложение №3**

**План мероприятий**

**проведения « Недели Здоровья» в старшей группе «Капитошки»**

**с 15.10.2018г. по 19.10.2018г.**

**Цель:** формирование навыков здорового образа жизни; воспитание привычки к здоровому образу жизни человека.

**Задачи:** Закреплять у детей понятие о здоровье, как главной ценности человеческой жизни. Формировать у детей представление о здоровом образе жизни, правильном питании, закаливании, пребывании на свежем воздухе, соблюдении правил личной гигиены, о значении физических упражнений. Учить детей активно участвовать в заботе о своём здоровье, знать и осознанно выполнять несложные приёмы оздоровления. Прививать любовь к физическим упражнениям и подвижным играм на воздухе.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Форма работы** | **Цель** | **Работа с родителями** |
| **Понедельник** | | |
| Утренняя гимнастика  Дид. Игра «Полезно-вредно»  Подвижная игра «Скворушки»  Самостоятельная деятельность детей в уголке по физическому развитию  ( под присмотром воспитателя) | Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание выполнять физические упражнения.  Формировать правильную осанку.  Закреплять представления о полезных и вредных привычках.  Закреплять умение выполнять движения в соответствии со словами. Воспитывать желание играть всем вместе.  Воспитывать желание самостоятельно выполнять физические упражнения. |  |
| **Вторник** | | |
| Утренняя гимнастика  НОД по физическому развитию  Рассматривание плаката «Виды спорта»  Дид. Игра «Подбери правильно обувь»  Подвижная игра «Догонялки»  Самостоятельная деятельность в художественном уголке : рисование  «Мы- спортсмены»  Загадывание загадок и чтение пословиц о здоровье. | Воспитывать желание заниматься спортом и быть здоровым.  Совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности.  Познакомить с различными видами спорта.  Закрепление навыков и знаний о культурно-гигиенических навыках, способствующих здоровому образу жизни.  Закреплять умение бегать в разных направлениях с разным темпом, при этом не сталкиваясь друг с другом.  Учить рисовать человека в движении. Закреплять умение передавать характерные признаки фигур спортсменов( поза, костюм, атрибуты)  Учить внимательно слушать загадки и разгадывать их и заинтересованно повторять пословицы о здоровье. | Беседа с родителями о закаливании. Выяснить знают ли родители о закаливающих процедурах и как нужно их проводить. Вывесить в уголке для родителей консультацию «Закаляйся- если хочешь быть здоров» |
| **Среда** | | |
| Утренняя гимнастика.  Беседа «Чистота залог здоровья»    НОД по физическому развитию  Проведение гимнастики для глаз  С/р игра «Игрушки на приёме у врача»  Подв. игра «Кто лучше прыгнет»  Подбор и просматривание фотографий «Мама, папа, я- спортивная семья» | Прививать желание выполнять физические упражнения вместе со всеми детьми.  Формировать привычку следить за  чистотой тела.  Совершенствовать физические качества. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.  Развивать умение снимать зрительное напряжение при помощи гимнастики.  Учить уходу за больными ,пользоваться медицинскими инструментами. Воспитывать чуткость, заботливость и желание вести здоровый образ жизни.  Закреплять умение прыгать на двух ногах, правильно отталкиваясь и приземляясь.  Поддерживать интерес к различным видам спорта и развивать желание принимать участие в различных конкурсах и соревнованиях вместе с родителями. | Предложить родителям посетить НОД по физическому развитию и принять активное участие в спортивных играх и соревнованиях вместе со своими детьми. |
| **Четверг** | | |
| Утренняя гимнастика  Посещение мед. кабинета и рассматривание предметов по уходу за здоровыми и больными людьми.  Самомассаж ушных раковин  Дид. Игра «Одень куклу по сезону»  Подвижная игра «Кто скорее до флажка»  Спортивное развлечение  «Движение – залог здоровья» | Воспитывать желание регулярно выполнять утреннюю гимнастику.  Формировать знания детей о « Праве на здоровье и медицинский уход». Воспитывать привычку к здоровому образу жизни. Познакомить с правилами оказания первой медицинской помощи.  Познакомить о способах сохранения и укрепления здоровья с помощью массажа волшебных точек, располагающихся на ушах.  Закреплять умение соблюдать алгоритм одевания на прогулку.  Учить выполнять движения ловко, быстро, чётко.  Воспитывать желание играть всем вместе и воспитывать чувство ответственности.  Знакомить со спортивными играми и упражнениями с элементами соревнования. | Предложить родителям оказать помощь в изготовлении флажков для выполнения физических упражнений на физкультурном занятии. |
| **Пятница** | | |
| Утренняя гимнастика  Дид. Игра «Чудесный мешочек»(предметы туалета)  Подвижная игра «Стой, замри, фигуру покажи»  Беседа «Физкультура и здоровье»  НОД на воздухе  Знакомство с настольными играми «Шашки», «Шахматы» | Продолжать воспитывать желание регулярно заниматься спортом.  Учить определять вещи на ощупь по описанию воспитателя.  Развивать ловкость, координацию движений, внимательность и желание играть в коллективе.  Формировать представление дошкольников о себе, о здоровом образе жизни, о правилах гигиены и охране здоровья.  Совершенствовать двигательные навыки и умения детей. Закреплять, выполнять спортивные упражнения на прогулке.  Вызвать интерес к новым играм и познакомить с правилами игры в «Шашки» и «Шахматы» | Для более подробного знакомства о здоровом образе жизни предложить родителям почитать консультацию « Быть здоровым- это здорово!». Предложить им дома, вместе с детьми, устроить « Домашний кинотеатр» для просмотра мультфильмов о здоровье и спорте. |

**Приложение №4**

**План мероприятий**

**проведения « Недели Здоровья» в подготовительной группе «Ромашки»**

**с 22.10.2018г. по 26.10.2018г.**

**Цель:** сформировать у детей желание вести здоровый образ жизни.

**Задачи:**

* Создать условия для становления устойчивого интереса к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровьесберегающего и безопасного поведения.
* Продолжать формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.
* Развивать самостоятельность детей в выполнении культурно-гигиенических навыков и жизненно важных привычек; умение элементарно описывать свое самочувствие.
* Развивать умение избегать опасных для здоровья ситуаций, обращаться за помощью к взрослым в случае их возникновения.
* Сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей. Воспитывать культуру поведения.
* Активизировать словарь детей, обогащать его путём уточнения понятий: здоровье, гигиена, здоровое питание, режим дня, спорт.
* Показать важность режима дня в формировании здорового образа жизни.
* Определить принципы здорового питания, закаливания организма и занятий спортом.
* Способствовать укреплению здоровья детей через физические минутки.
* Воспитывать чувство ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **День недели** | **Формы работы** | **Работа с родителями** |
| Понедельник «Физкультура, здоровье и игра» | **Цель:** развитие у детей интереса к различным спортивным играм.  **Задачи: 1.** Обогащать знания детей о зимних видах спорта.  **2.** Закреплять знания об основных элементах техники зимних спортивных состязаний.  **3.** Воспитывать целеустремлённость, настойчивость, чувство коллективизма, дружелюбие.  **4.** Формировать тесное взаимодействие всех участников процесса.  ***Утренняя гимнастика «Мы дружим с физкультурой».***  Цель: обогащение двигательного опыта детей.  ***НОД по физическому развитию***  ***«Мы любим спорт».***  Цель: развитие интереса к подвижным играм, закрепление двигательных навыков детей, закрепление знания детьми пословиц, поговорок, считалок, воспитание выдержки и внимания.  ***Ярмарка игр.***  Цель: продолжать знакомить детей с народным фольклором, закрепление навыков игры в русских народных играх «Горелки», «У медведя во бору..», «Ляшочек», «Баба - Яга». | Консультации  «Как заинтересовать ребенка спортом?» |
| Вторник «Физкульт – ура!» | **Цель:** Формирование у детей основ здорового образа жизни.  **Задачи:** **1.** Формировать у детей способности к выработке потребности в ЗОЖ.  **2.** Формировать представление о ценности здоровья, желание вести здоровый образ жизни.  **3.** Воспитывать у детей осознанное отношение к необходимости закаляться, заниматься спортом,  **4.** Закреплять знания о том, что нужно есть овощи и фрукты чтобы противостоять болезням.  ***Утренняя гимнастика «Если хочешь быть здоров».***  Цель: обогащение двигательного опыта детей.  ***Музыкально-ритмические игры: «Ворон», «Гори, гори ясно», «Карусель», «Цок, цок, лошадка».***  Цель: Продолжать учить заботиться о своём здоровье, развитие музыкального слуха.  **Самостоятельная двигательная деятельность детей на прогулке с физкультурным оборудованием: скакалками, обручами, мячами, кеглями, кольцебросами.**  Цель: развитие увертливости, скорости реакции, внимания. | Предложить родителям оказать помощь в изготовлении «косичек» для выполнения физических упражнений на физкультурном занятии. |
| Среда «Эти старые, старые, старые игры». | **Цель:** Развитие интереса к старинным русским народным играм.  **Задачи: 1.** Расширять знания детей о старинных народных играх.  **2.** Развивать физические качества: ловкость, скорость.  **3.** Воспитывать выдержку, внимание.  **4.** Создавать обстановку бодрого и жизнерадостного настроения,  ***Утренняя гимнастика «Русские матрёшки».***  Цель: обогащение двигательного опыта детей.  ***Народные игры на прогулке:***  -разучивание чукотской народной игры «Важенка и оленята»;  -разучивание русской народной игры «Коршун»;  -проведение русских народных игр «Золотые ворота», «Гуси-лебеди», «Наседка и цыплята»,  -народная игра «Хохлатка».  Цель: продолжать знакомить детей с народным фольклором.  ***НОД по физическому развитию*** | Предложить родителям посетить НОД по физическому развитию и принять активное участие в спортивных играх и соревнованиях вместе со своими детьми. |
| Четверг «Радость – прививка здоровья!» | **Цель:** Развитие интереса детей к различным видамподвижных игр.  **Задачи: 1.** Формировать творческий подход к занятиям физкультурой и спортом.  **2.** Обогащать знания детей об основных видах общеразвивающих упражнений.  **3.** Развивать воображение детей.  **4.** Доставить детям чувство радости.  ***Утренняя гимнастика «Весёлые друзья».***  Цель: обогащение двигательного опыта детей.  ***«Веселая компания» (игры и эстафеты с детьми).***  -Быстрый наездник (прыжки на мячах).  -Донеси, не урони (теннисный мячик в ложке).  -Веселые паучки (ползание).  -Волшебные калоши (бег).  - «Сюрприз» (игры с двигательными игрушками).  Цель: вызвать у детей радостное, бодрое настроение от совместных соревнований.  ***Спортивное развлечение «Путешествие в страну Здравия»***  **Цель:** формировать представления о здоровом образе жизни детей;  развивать спортивные и двигательные навыки у детей.  ***Самостоятельная двигательная деятельность детей с физкультурным оборудованием: скакалками, обручами, мячами, вожжами, кеглями, кольцебросами и др.***  Цель: формировать представление о ценности здоровья, желание вести здоровый образ жизни. | Беседа с родителями о закаливании. Выяснить знают ли родители о закаливающих процедурах и как нужно их проводить. |
| Пятница «Правильное питание – залог здоровья!» | **Цель:** формирование сознательного отношения к своему здоровью и правильному питанию.  **Задачи: 1.** Обогащать знания детей о правильном и здоровом питании.  **2.** Развивать познавательные интересы детей.  **3.** Поощрять стремление детей отражать полученные знания в продуктивной деятельности.  **4.** Продолжать учить заботиться о своём здоровье.  ***Утренняя гимнастика «Вкусные витамины».***  Цель: обогащение двигательного опыта детей.  ***Оздоровительные мероприятия:***  ***- искусственная «Тропа Здоровья» (массаж стопы),***  ***- воздушные ванны,***  ***- стена осанки.***  Цель: формировать сознательное отношение к собственному здоровью.  ***Выставка детских рисунков «Полезные продукты – вкусные витамины».***  Цель: обобщение знаний детей о здоровом образе жизни, развитие креативности и творческой активности детей.  НОД по физическому развитию на воздухе. | ***Папка – передвижка для родителей «Витамины – наши друзья».***  Цель: повышение компетентности родителей в вопросах воспитания и оздоровления детей. |

**Приложение №5**

**«Растем здоровыми».**

***Уважаемые родители!***

*Для совершенствования физкультурно-оздоровительной работы в детском саду нам необходимы некоторые сведения о видах оздоровления ребенка дома. Отнеситесь к заполнению анкеты внимательно и серьезно, ведь ее цель — укрепление здоровья вашего малыша.*

1. Фамилия, имя, отчество ребенка\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2. Как часто болеет Ваш ребенок?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3. Что, на Ваш взгляд, является предрасполагающими факторами для возникновения заболевания у Вашего ребенка?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

4. Закаливаете ли Вы ребенка дома?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

5. Какие виды закаливания Вы считаете приемлемыми для Вашего ребёнка?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

6. Какие виды семейного отдыха Вы предпочитаете?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

7. Знаете ли Вы, как можно укрепить здоровье Вашего ребенка?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

8. Может ли детский сад оказать помощь в укреплении здоровья Вашего ребенка?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

9.Готовы ли Вы сотрудничать с детским садом в вопросах укрепления здоровья Вашего ребенка?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Спасибо!**