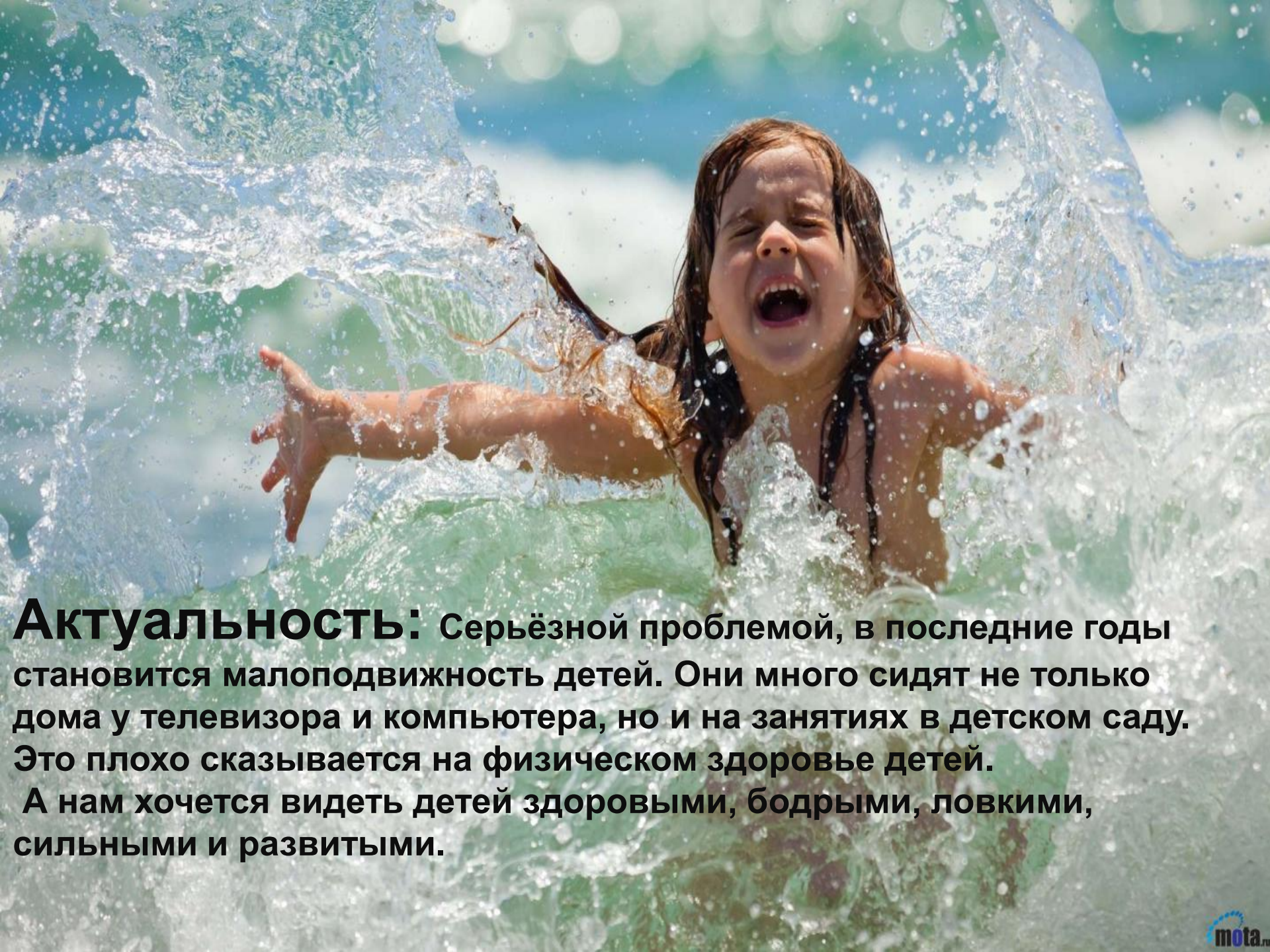


МАДОУ № 51

Неделя здоровья в старшей группе  
«НЕПОСЕДЫ»

Налётова С.Н



A young girl with wet hair is captured in a moment of pure joy, splashing in clear, turquoise water. She has her mouth wide open in a laugh, and her arms are outstretched. The water is splashing around her, creating a dynamic and energetic scene. The background is a bright, slightly blurred blue, suggesting an outdoor pool or beach setting.

**Актуальность:** Серьёзной проблемой, в последние годы становится малоподвижность детей. Они много сидят не только дома у телевизора и компьютера, но и на занятиях в детском саду. Это плохо сказывается на физическом здоровье детей. А нам хочется видеть детей здоровыми, бодрыми, ловкими, сильными и развитыми.



## Цель:

Создание максимально благоприятных условий для укрепления гармоничного физического развития ребёнка. Формирование потребности в здоровом образе жизни.

## Задачи:

Формировать на доступном уровне необходимые знания в области гигиены, медицины, физической культуры. жизненно важные двигательные навыки и умения, способствующие укреплению здоровья.

A young boy with short dark hair is flexing his biceps. He is smiling slightly and looking towards the camera. The background is plain white.

**Вид проекта:** практико-ориентированный.

**Возраст участников:** дошкольники 5 лет.

**Продолжительность проекта:** 1 неделя

**Основные формы реализации проекта:** беседы, детское творчество, игры, викторины, конкурсы, работа с родителями.

**Предполагаемый результат проекта:**

У детей должны сформироваться следующие представления:

➤ что такое здоровье и как его сберечь;

➤ что такое режим, гигиена ;

➤ о самых значимых витаминах, в чём они содержатся и как влияют на здоровье;

➤ о том, что есть полезные и неполезные продукты, какие они;

➤ что такое микробы и вирусы;

➤ какие бывают болезни, что их вызывает

**Каждый день недели имеет свою общую структуру: название, цели, в конце дня подводятся итоги.**

## ЕЖЕДНЕВНАЯ ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА

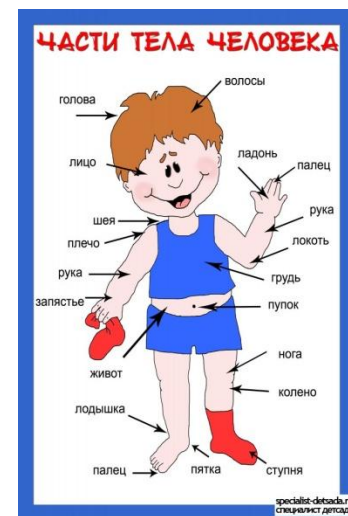
- Утренняя и профилактическая гимнастика (дыхательная, улучшение осанки, плоскостопия, зрения)
- Гимнастика пробуждения, дорожка «здоровья»
- Воздушное контрастное закаливание, босоножье
- Игровой самомассаж лица, ушных раковин, пальцев рук
- Пешие прогулки



# Понедельник:

## Тема дня «Как устроен человек?»

Цели дня: *ознакомить* детей с тем как устроен человек . Уточнить название и местоположения разных органов чувств и частей тела у себя.



# Вторник:

## Тема дня «Мойдодыр»

Цели дня : Формирование представлений о правилах личной гигиены, дать детям элементарные представления об инфекционных болезнях и их возбудителях (микробы и вирусы).



Среда :

Тема дня «Здоровое питание. Витамины».

Цели дня: 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.





# Четверг:

## Тема дня: «Я здоровье берегу».

Цели дня: формировать понимание необходимости заботиться о своем здоровье, беречь его, учиться быть здоровым и вести здоровый образ жизни, прививать любовь к физическим упражнениям, закаливанию.



# Пятница:

## Тема дня: «Физкульт-ура!»

Цели дня: формирование устойчивой привычки к режиму двигательной активности, интереса и потребности к физическому самосовершенствованию.







**БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ !!!**