



# Проект «БЫТЬ здоровыми ХОТИМ»

**Составитель: Степанова Татьяна Алексеевна**  
**Дети старшей группы №3**

**Екатеринбург 2020г.**



**Цель:** создать условия для формирования познавательного интереса в процессе творческой деятельности.

**Задачи:**

*Образовательные:*

- формировать элементарные представления о здоровье как о главной ценности жизни;
- формировать элементарные представления о продуктах полезного и неполезного питания;
- формировать потребность в соблюдении навыков гигиены;

*Развивающие:*

- развивать познавательные способности, творческое воображение, двигательную активность

*Воспитательные:*

- воспитывать привычку сохранять правильную осанку;



## Актуальность проекта:

Здоровье – большой дар, без которого трудно сделать жизнь счастливой, интересной и долгой. Здорового ребенка легче растить, учить и воспитывать. У него быстрее формируются необходимые умения и навыки. Он лучше приспосабливается к смене условий и адекватно воспринимает предъявленные к нему требования. Здоровье – важнейшая предпосылка к формированию характера, развитию воли, природных способностей. Здоровье детей – это общее дело педагогов, медицинских работников, родителей. Здоровьесбережение детей стало одним из приоритетных направлений государственной политики. Таким образом, одним из важнейших направлений развития и оздоровления детей дошкольного возраста является грамотная высокоэффективная организация здоровьесберегающего педагогического процесса, способствующего усвоению детьми ценностей здоровья и здорового образа жизни.



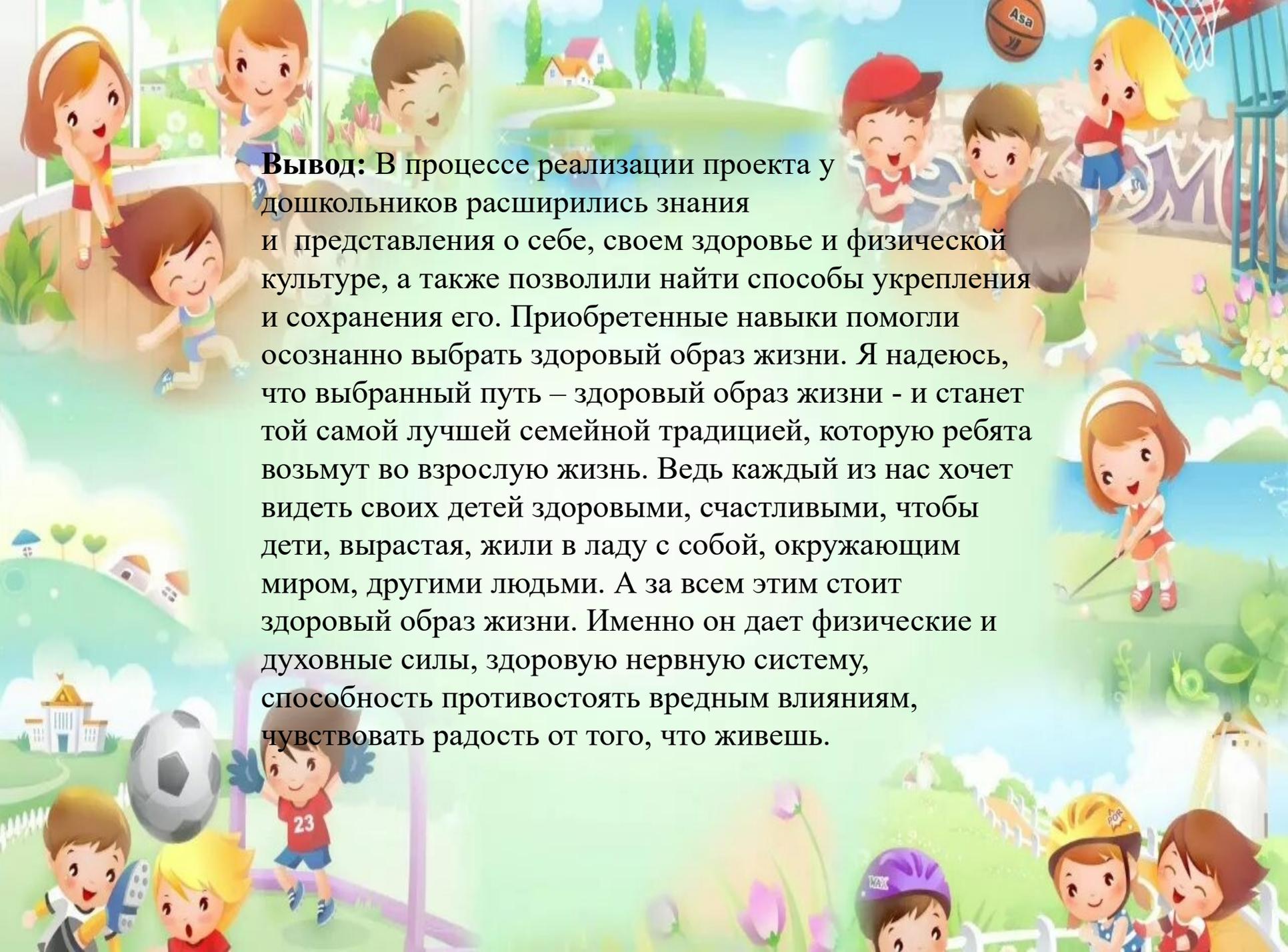
Дыхательная гимнастика

Круговой массаж



«Здоровье – бесценный дар, потеряв его в молодости, не найдешь до самой старости!»





**Вывод:** В процессе реализации проекта у дошкольников расширились знания и представления о себе, своем здоровье и физической культуре, а также позволили найти способы укрепления и сохранения его. Приобретенные навыки помогли осознанно выбрать здоровый образ жизни. Я надеюсь, что выбранный путь – здоровый образ жизни - и станет той самой лучшей семейной традицией, которую ребята возьмут во взрослую жизнь. Ведь каждый из нас хочет видеть своих детей здоровыми, счастливыми, чтобы дети, вырастая, жили в ладу с собой, окружающим миром, другими людьми. А за всем этим стоит здоровый образ жизни. Именно он дает физические и духовные силы, здоровую нервную систему, способность противостоять вредным влияниям, чувствовать радость от того, что живешь.