

Проект «Мы за здоровый образ жизни»

Известно, что дошкольный возраст является решающим в формировании физического и психического здоровья. Ведь именно до 6 лет человек проходит огромный путь развития, неповторимый на протяжении всей последующей жизни. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов, становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и к окружающим. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребенка, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а также необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни.

Помочь детям узнавать и учиться понимать значимость для жизни человека здоровья, стало причиной создания этого проекта.

В группе «Звёздочки» был реализован проект «Мы за здоровый образ жизни» с 05.04.2021г. по 09.04.2021г.

Дети повысили своё эмоциональное, психологическое, физическое благополучие; закрепили навыки гигиенической культуры, решили вести здоровый образ жизни: правильно питаться, спортом заниматься, закаляться. Родителям были предоставлены различные консультации по теме здоровья в семье, беседы по сохранению и укреплению здоровья.

Были организованы различные виды деятельности в игровой форме: подвижные, дидактические игры, игровые ситуации, созданные воспитателем проблемные ситуации.

Итогом продукта проектной деятельности было проведение спортивного мероприятия «День здоровья»







