



Здоровая семья – здоровые дети.

ИНСТРУКТОР ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ЕЛИСЕЕВА ТАМАРА АНАТОЛЬЕВНА
МБДОУ ДЕТСКИЙ САД Г. ИРКУТСКА № 80

*«Здоровье – это то,
что люди больше всего
стремятся
сохранить и меньше всего
берегут»*

Жан де Лабрюйер



Здоровье – величайшая ценность. Родители хотят вырастить детей сильными и здоровыми. Здоровье детей зависит от условий жизни, санитарной грамотности, образования и воспитания в семье. С детства ребенку прививают нравственные и этические нормы, которые определяют его поведение, отношение к себе и окружающим.

Задача родителей – создать условия для физического развития ребенка, формирования потребности в ЗОЖ, положительных эмоций и совместных спортивных занятий. Здоровье – важнейшая ценность, условие достижения целей, и каждый несет ответственность за его сохранение.

ЗОЖ – это комплекс действий, поддерживающих здоровье и выполнение функций человека, учитывая его индивидуальные особенности.

АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОЕКТА:

Цель проекта:

- ▶ Создать все необходимые условия для развития физически крепких и здоровых детей и формирования у них потребности в ЗОЖ

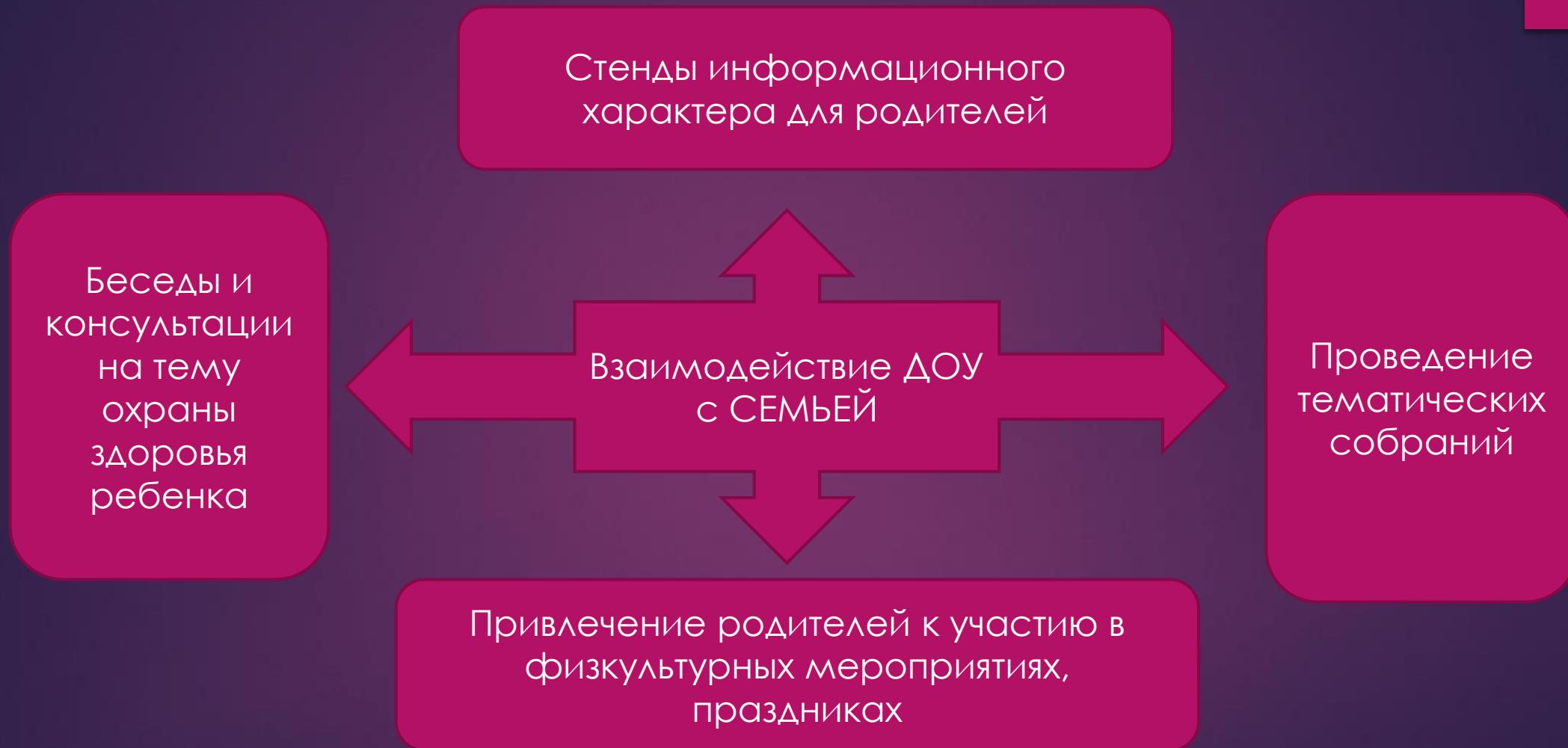
Задачи проекта:

Повысить уровень знаний родителей в формировании и сохранения, и укрепления здоровья детей
Воспитание коллективизма, взаимопомощи и взаимопонимания Привитие основ ЗОЖ. Овладение навыками личной гигиены.

Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Так как до семи лет человек проходит огромный путь развития. В этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и к окружающим.

И поэтому очень важно сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.





Предполагаемые результаты:

1. Укрепление здоровья, содействие высокому уровню физического развития.
2. Приобретение жизненно важных двигательных навыков и умений.
3. Привлечение детей и их родителей к систематическим занятием спортом.
4. Уменьшение заболеваемости
5. Понимание значения ЗОЖ для личного здоровья
6. Умение правильно строить режим дня и выполнять его

Итоговое мероприятие:

Спортивный праздник «Мама, папа я спортивная семья»

Семейные посиделки «Игра в Чапая в шашки»

Спортивная семья « Трус не играет в хоккей»

Спортивная семья

«Трус не играет в хоккей»



Семейные посиделки

Игра в «Чапая» шашки



«Мама, папа, я-спортивная семья»



**«Я НЕ БОЮСЬ ЕЩЁ И ЕЩЁ РАЗ
ПОВТОРЯТЬ: ЗАБОТА О ЗДОРОВЬЕ –
ВАЖНЕЙШИЙ ТРУД ВОСПИТАТЕЛЯ, ОТ
ЖИЗНЕРАДОСТИ, БОДРОСТИ
ДЕТЕЙ ЗАВИСИТ ИХ ДУХОВНАЯ ЖИЗНЬ,
МИРОВОЗЗРЕНИЕ, УМСТВЕННОЕ
РАЗВИТИЕ, ПРОЧНОСТЬ ЗНАНИЙ, ВЕРА
В СВОИ СИЛЫ».**

В.А.Сухомлинский

