

## **Неделя здоровья «Наше здоровье в наших руках»**

**Цель недели здоровья:** углубление и систематизирование представлений детей и родителей о факторах, влияющих на состояние здоровья.

### **Задачи:**

- обогащать знания детей о витаминах и продуктах питания, и их
- полезных свойствах;
- формировать представление детей о здоровье и здоровом питании;
- формировать у ребёнка мотивы самосохранения, воспитывать
- привычку думать и заботиться о своём здоровье;
- активизировать взаимодействие с родителями по формированию у детей навыков здорового образа жизни на основе валеологических знаний и признания ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление здоровья детей.

### **Участники проекта:**

- дети средней и старшей группы
- воспитатели групп, тьюторы, дефектологи.
- старшая медсестра
- родители воспитанников.

**Продолжительность проекта:** 1 неделя.

### **Формы реализации:**

- беседы,
- игры,
- викторины,
- работа с родителями.

### **Предполагаемые результаты.**

#### ***Для воспитанников:***

- сформированность гигиенической культуры, наличие потребности в здоровом образе жизни и возможностей его обеспечения;
- повышенность сопротивляемости детского организма к инфекциям;
- сформированные навыки здорового образа жизни.

#### ***Для родителей:***

- сформированная активная родительская позиция о здоровом образе жизни;
- повышение компетентности родителей в вопросах здоровья;
- воспитание у детей волевых качества, заботливого отношения к своему здоровью и здоровью окружающих

- активное участие родителей в жизнедеятельности группы;
- пропаганда здорового образа жизни;
- сплочение детей, родителей и педагогов в процессе активного сотрудничества в ходе реализации проекта.



Вся дружная команда педагогов родителей и детей с удовольствием выполняла задания руководителя физвоспитания.







Организация недели здоровья «Здоровье – это здорово!» позволила:

**У воспитанников:**

- Сформировать навыки здорового образа жизни;
- Повысить знания о полезных и вредных продуктах и их значении для здоровья;
- Повысить сопротивляемость организма ребенка к инфекциям;
- Повысить потребность у детей в здоровом образе жизни.

**У родителей**

- Сформировать активную родительскую позицию о здоровом образе жизни;
- Повысить компетентность родителей в вопросах здоровья детей;
- Повысить активность участия родителей в жизнедеятельности группы.

***Таким образом, можно сделать вывод, что неделя здоровья является эффективным способом привлечения родителей и детей к здоровому образу жизни.***