

Творческий проект

«Растим детей здоровыми»



**Авторы : дети старшей
группы , родители,
воспитатели
Угрюмова О. Н.
Марцова М. П.**

**г. Барнаул МБДОУ ЦРР
«Детский сад № 230»**

**Каждая мама хочет , чтобы
ее ребенок был здоров.**

**Но как организовать жизнь
ребенка , чтобы она была по-
настоящему здоровой?**



Рецепт здоровья нашей группы

- **режим дня**
- **гигиена**
- **зарядка**
- **здоровое питание**
- **полноценный сон**
- **одежда по погоде**
- **благоприятная атмосфера**
- **микроклимат в семье**
- **пребывание на свежем воздухе**
- **закаливание**

**Чтоб здоровым быть сполна. Физкультура всем нужна!
Для начала по порядку сделаем зарядку!**



Уроки здоровья

**Зрительная гимнастика –
замечательный помощник в
борьбе за хорошее зрение.**



Мы гимнастику для глаз

Выполняем каждый раз.

Вправо, влево, кругом, вниз,

Повторить ты не ленись!

Изучаем микробы



Недавно, мы увидели
сколько микробов
живет на руках...
Мы потерли влажной
салфеткой грязные руки
и посмотрели на нее в
микроскоп и в лупу.
Просто ужас!
Ребята чаще мойте
руки!!!



Беседа: « Что полезно для здоровья?»





**Собравшись в кружок дети с удовольствием
выполняют упражнения с элементами
пальчиковой гимнастики.**



**Для стимулирования
здоровья – очень полезна
бодрящая гимнастика
после дневного сна.**



Босохождение - вид закаливания, основанный на ходьбе босиком по разным поверхностям. Идет не только закаливание организма, но и профилактика плоскостопия.





***Шайба,
клюшка
и коньки!***



***Вновь морозные
деньки!***



**В здоровом
теле –
здоровый
дух!**



**Смех
продлевает
жизнь!**

Будьте здоровы!



**Авторы проекта: воспитатели , дети
старшей группы**

**Исполнители: дети, родители
воспитанников, воспитатели группы.**