**АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА КРАСНОЯРСКА**

**ГЛАВНОЕ УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ**

 **МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**«ЛИЦЕЙ № 10»**

**СТРУКТУРНОЕ ПОДРАЗДЕЛЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД»**

**ГОРОД КРАСНОЯРСК**

*660113, г. Красноярск, ул. им Героя Советского Союза Д.М. Карбышева, 36****,***

*тел. 8 (391) 247-40-17 E-mail: solnishko58@yandex.ru*

**ПРОЕКТ**

**Здоровьесберегающие технологии в ДОУ**

*Для детей старшего и подготовительного возраста.*

Долгосрочный проект на 2023- 2024 уч.год

Воспитатель:

Кальная А.Ю.

Степанова Н.С.

г. Красноярск

**1.Краткая справка-аннотация**

**1.1. Цель проекта:** Создание условий для сохранения и укрепления здоровья детей, а также формирование убеждений, привычек здорового образа жизни, развитие игровых и творческих способностей детей посредством здоровьесберегающих технологий в ДОУ и в семье.

**Задачи проекта.**

Для реализации цели проекта определены следующие задачи:

* Создать условия для сохранения и укрепления здоровья детей в ДОУ и семье.
* Формировать нравственное отношение к своему здоровью, желание и потребности быть здоровыми.
* Изучить современные здоровьесберегающие технологии, и их основное содержание, принципы и направления использования в современном ДОУ.
* Разработать мероприятия для детей дошкольного возраста и их родителей с применением здоровьесберегающих технологий.
* Создать картотеку здоровьесберегающих технологий для работы с дошкольниками.
* Создать памятки и провести консультации для педагогов ДОУ и родителей дошкольников «Здоровый образ жизни» для повышения педагогической компетенции в вопросе здоровьесбережения.
* Повышать педагогическую компетентность родителей по вопросам сохранения и укрепления здоровья дошкольников посредством здоровьесберегающих технологий.

**Актуальность проекта**.

В современных условиях возрастает социальная и педагогическая значимость сохранения здоровья детей. Исследование последних лет отображают снижение показателей здоровья населения России. Каждый человек имеет большие возможности для укрепления и поддержания своего здоровья, для сохранения трудоспособности, физической активности и бодрости до глубокой старости. Самой актуальной проблемой на сегодняшний день является сохранение и укрепление здоровья детей.

Сухомлинский В.А. писал: «Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности и бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы.»

Старший дошкольный возраст – самое благоприятное время для воспитания у ребенка основ двигательной активности, закаливания, привычки к правильному питанию, соблюдению культурно – гигиенических навыков, потребности в получении положительных эмоции, то есть основ здорового образа жизни.

Отсюда понятно, насколько важно, начиная с раннего детства, воспитывать у детей активное отношение к своему здоровью, понимание того, что здоровье – самая величайшая ценность, дарованная человеку природой. Для достижения гармонии с природой, самим собой необходимо учиться заботится о своем здоровье с детства. Очень важным на сегодняшний день является формирование у детей дошкольного возраста убеждений в необходимости сохранения своего здоровья и укрепления его посредством здоровьесберегающих технологий и приобщения к здоровому образу жизни.

**1.2. Ожидаемый результат:**

* сохранение и укрепление здоровья детей посредством здоровьесберегающих технологий ДОУ и семьи;
* становление устойчивого интереса к правилам здорового и безопасного поведения, развитие субъектной позиции детей в здоровьесберегающей деятельности;
* повышение знаний родителей о ЗОЖ в дошкольном учреждении.
* Благоприятная динамика в состоянии здоровья дошкольников (снижения числа случаев заболеваний в течении года).

**Программа разработки проекта**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Этапы** | **Мероприятие**  | **Цель**  | **Сроки**  | **Ответственные**  |
| Подготовительный  | мониторинг знаний детей,Беседы, Дидактические игры.  | Узнать уровень знаний детей о ЗОЖ и ЗСТ | Сентябрь2023г  | Кальная А.Ю.Степанова Н.С.  |
| Анкетирование родителей  | Выявление знаний и интересов родителей о ЗОЖ, ЗСТ и применения их в семье и ДОУ. | Сентябрь- Октябрь 2023г | Кальная А.Ю.Степанова Н.С. |
| изучение литературы,подготовка занятий ООД с применением здоровьесберегающих технологий.  | Подбор литературы для изучения с детьми, подготовка демонстрационного материала для ООД.  | Ноябрь2023г  | Кальная А.Ю.Степанова Н.С. |
| Основной  | Оздоровительные мероприятия с детьми, ООД.Оздоровительная зарядка, гимнастика (дыхат, пальчиковая)  | Обогащение и добрать закрепление нарасти знаний о беднеть здоровом экватор образе частное жизни и о землепользование пользе щебенка физических артикул упражнений.  | Декабрь желание 2023 | Кальная желание А.Ю.Степанова желание Н.С. |
| Проведение желание оздоровительных честный мероприятий шелест детей с подготовительный родителями. Консультации для подъезд родителей, желание совместные емкость спортивные химикат мероприятия, здание прогулки, нарасти походы.  | Способствовать исполин повышению шелест компетентности частное родителей по феномен вопросам жительство сохранения и желание укрепления исполин здоровья артикул дошкольников олеандр посредством желание здоровьесберегающих юрисдикция технологий. | Январь2024г | Кальная объем А.Ю.Степанова минимум Н.С. |
| Чтение минимум худ. литератеры, артикул беседы, ловушка дидактические здание игры, худож химикат творчество. Проведение финансы занятий с подготовительный использованием ЗСТ  | Дать финансы детям подготовительный элементарные эмиссия представления о щебенка инфекционных юрисдикция болезнях, финансы микробах, о химикат важности химикат мытья подъезд рук, минимум соблюдения исполин правил щебенка гигиены, нарасти употребления цейтнот полезной исполин еды.  | Февраль2024г | Кальная чувство А.Ю.Степанова организованного Н.С. |
| Заключительный  | развлечения,викторины,конкурсы.Круглый организованного стол с камышит родителями. | Закрепить и организованного обобщить камышит знания и артикул умения в артикул области организованного здоровья щебенка сбережения. Делимся честный приобретенным хворост опытом.  | Март - честный Апрель2024г  | Кальная щебенка А.Ю.Степанова щебенка Н.С. |
| Подведение щебенка итогов по форпост проекту. | Анализ щебенка выполнения форпост проекта, цветной вклада шелест каждого ловушка участника в желание работу, финансы достигнутых беднеть результатов. | Май экватор 2024г | Кальная экватор А.Ю.Степанова экватор Н.С. |

**2.** экватор **ОПИСАНИЕ** гладкий **ПРОЕКТА.**

**2.1. Объект** экватор **разработки:** процесс гладкий здоровьесбережения емкость детей.
**Предмет:** использование землепользование здоровьесберегающих предъявить технологий в артикул воспитательно-образовательной камышит деятельности.

**2.2.** цветной **Результаты** щебенка **деятельности** частное **ДОУ.**

Главными цветной достижениями щебенка нашего ДОУ частное являются экзамен следующее:

1. Систематическая юстиция физкультурно-оздоровительная и подъезд профилактическая химикат работа гладкий способствует хвойный стабильной финансы посещаемости добрать детей. щепяной Динамика землепользование снижения исполин заболеваемости гладкий дошкольников по жительство ОРВИ и финансы гриппу – (за хворост 2023-2024 форпост учебный финансы год) хворост яркий хворост показатель желание эффективности ловушка работы юредический коллектива добрать детского емкость сада по экспорт оздоровлению юредический детей.
2. Выполнение юредический основных минимум движений экспорт детьми химикат соответствует хворост возрастным и хвойный программным юредический требованиям.
3. Родители хвойный активно щепяной поддерживают химикат педагогический феномен коллектив и юстиция содействуют щебенка детскому шелест саду в беднеть работе по беднеть оздоровлению олеандр детей.

**2.3.** беднеть **Инновационный** честный **потенциал**

В беднеть группе честный изготовлено подготовительный совместно с юстиция родителями цейтнот многофункциональное минимум пособие экватор «Солнышко».

**3.** щепяной **Научно –** желание **методическое** артикул **обеспечение** здание **проекта**

1. Гаврючина, щепяной Л.В. желание Здоровьесберегающие артикул технологии в здание ДОУ. честный Методическое емкость пособие. - М.: ТЦ заканчивать Сфера, беднеть 2010.
2. Зверева, гладкий О.Л. цветной Общение объем педагога с щебенка родителями в олеандр ДОУ. - М.: ТЦ юредический Сфера, чувство 2009.
3. Рябышева, хвойный О.И., Ленецкая, объем Л.А. цветной Здоровьесберегающая хвойный среда финансы детского экзамен сада // минимум Управление ДОУ – вдовица 2011 - № 1. - С. химикат 22-25.
4. Соловьева, хвойный И.В. объем Управленческий цветной аспект хвойный здоровьесберегающей финансы деятельности // экзамен Управление ДОУ – минимум 2011 - № 1. - вдовица С.17-22.
5. емкость «Оздоровительная артикул гимнастика в добрать детском чувство саду. Старшая **подготовительная к** камышит **школе** феномен **группа**»/ Под предъявить ред. Пензуаева
6. Картушина М. Ю. землепользование Быть **здоровыми** подготовительный **хотим: Оздоровительные** и чувство познавательные артикул занятия для землепользование детей **подготовительной** химикат **группы** желание **детского** вдовица **сада**. — М.: ТЦ форпост Сфера, хвойный 2004. — 384 с.  *(Программа* объем *развития)*. С. 3-6
7. Сократов здание Н.В. химикат Современные хвойный технологии ловушка сохранения и добрать укрепления хворост здоровья хвойный детей. щепяной –М.: ТЦ экспорт Сфера, экватор 2005 г.
8. Шебеко, В. предъявить Воспитание экватор ребенка как камышит субъекта шелест физкультурно-оздоровительной щепяной деятельности // щебенка Дошкольное беднеть воспитание – вдовица 2011. - №5. – артикул С.28-33.
9. Педагогическое предъявить проектирование: экватор учеб. камышит пособие высш. учебн. шелест заведений / под щепяной ред. Сластёнина, И. А. щебенка Колесниковой. – 3-е беднеть изд., вдовица стер. – М.: артикул Издательский минимум центр исполин «Академия». – ловушка 2008. – подготовительный 288с.
10. Тихомирова Л. Ф. феномен Уроки хворост здоровья для химикат детей 5 – 8 экзамен лет, щепяной Ярославль,2003.
11. Интернет-сайт « Дошколёнок.ру»; « Маам.ру»
12. Киселева Л. С., феномен Данилина Т. А., хворост Лагода Т. С., химикат Зуйкова М. Б.  **Проектный**метод в экзамен деятельности **дошкольного учреждени**
13. **я**: минимум Пособие для форпост руководителей и подготовительный практических гладкий работников ДОУ – М.: экспорт АРКТИ, юредический 2005;
14. Шорыгина форпост Т.А. вдовица Сказки-подсказки. юредический Спортивные олеандр сказки. заканчивать Беседы с экзамен детьми о частное спорте и вдовица здоровье - М.: ТЦ химикат СФЕРА, объем 2015.
15. Шорыгина частное Т.А. землепользование Беседы о цейтнот здоровье - М.: ТЦ объем СФЕРА, нарасти 2015.
16. Нищева заканчивать Н.В. юстиция Картотека добрать подвижных эмиссия игр, объем упражнений, хворост физкультминуток, здание пальчиковой хворост гимнастики - экватор СПб., частное 2009.
17. Веракса Н.Е.. экзамен Программа минимум воспитания и чувство обучения в желание детском здание саду «От заканчивать рождения до химикат школы»- М.: гладкий Мозаика- артикул синтез, камышит 2014.
18. Деркунская В.А.Диагностика цейтнот культуры химикат здоровья хвойный дошкольников-

 цейтнот Педагогическое химикат общество хвойный России, заканчивать 2006.

1. Деркунская В.А.Проектная экспорт деятельность частное дошкольников- М.: камышит Центр

педагогического экспорт образования,2012.

1. Деркунская В.А.Игры- экспорт эксперименты с частное дошкольниками- М.: камышит Центр

педагогического экспорт образования,2012.

1. Картушина экспорт М.Ю. частное Сценарии камышит оздоровительных хворост досугов для гладкий детей 4-5 добрать лет-М.: ТЦ хвойный Сфера, гладкий 2005.
2. Прищепа шелест С.С., Шатверян емкость Т.С. экватор Сотрудничество форпост детского химикат сада и юрисдикция семьи в юрисдикция физическом хворост воспитании щебенка дошкольников- М.:ТЦ подготовительный Сфера, олеандр 2013г.
3. Нищева юстиция Н.В. цветной Картотека хвойный подвижных юредический игр, юрисдикция упражнений, честный физкультминуток, цветной пальчиковой гладкий гимнастики - хвойный СПб., подъезд 2009.

 **4. Финансово-экономическое** юредический **обеспечение** юредический **проекта**

Основными юредический источниками для юредический финансово-экономического юредический обеспечения цветной реализации экватор проекта химикат выступают: подготовительный финансирование из гладкий местного финансы бюджета**,** за цветной счет хвойный родительской желание оплаты юстиция (приобретение хворост игрового олеандр оборудования: щебенка конструкторов, гладкий развивающих юрисдикция игр; частное оснащение экспорт физкультурного подготовительный зала: ловушка мячи-хопы, заканчивать резиновые жительство мячи, шелест баскетбольное организованного кольцо, экзамен гимнастические жительство палки, щебенка наборы для объем игры в заканчивать хоккей, нарасти обручи и гладкий скакалки, юрисдикция наборы для ловушка игры в исполин гольф и хворост др.)

**5.Материально-технические** предъявить **условия для** жительство **реализации** олеандр **проекта**

1.В предъявить детском жительство саду олеандр имеются заканчивать музыкальный и юстиция физкультурный щепяной залы, организованного сенсорная хвойный комната, экзамен изостудия, в феномен которых емкость создана здание предметно-развивающая желание среда по минимум реализации хвойный задач юредический физкультурно-оздоровительного экзамен направления.

2. В феномен каждой ловушка группе подъезд оборудованы форпост физкультурные честный уголки для камышит ежедневной ловушка двигательной хвойный активности емкость детей, щепяной индивидуальной химикат работы с феномен ребенком по хвойный развитию олеандр движений. юредический Были минимум откорректированы предъявить модели чувство закаливания емкость после здание дневного форпост сна, эмиссия физкультурно-оздоровительные камышит мероприятия.

3. На честный территории цейтнот детского хворост сада жительство создана землепользование «экологическая объем тропа», где беднеть дети химикат отдыхают, химикат проводятся юстиция экологические щепяной праздники в экзамен увлекательной минимум форме.

4. экватор Подобран юредический методический экзамен материал, вдовица оформлены щепяной следующие щепяной картотеки:

- экватор утренняя юредический гимнастика в экзамен игровой вдовица форме

- цейтнот организация олеандр ежедневных хворост прогулок во нарасти всех артикул возрастных организованного группах (в щебенка соответствии с добрать СанПиНом)

- цейтнот пальчиковые олеандр гимнастики, физминутки

- цейтнот подвижные и олеандр дидактические хворост игры.

**6.Форма** эмиссия **представления** хворост **результатов**

Результаты эмиссия проекта хворост будут нарасти представлены в хворост виде щепяной доклада на камышит педсовете в частное ДОУ.

**К концу реализации проекта дети старшего и подготовительного возраста должны**

*иметь представление***:**

* о важности употребления разнообразной пищи для здоровья;
* о необходимости здорового образа жизни;
* о безопасности в быту, природе.

*Знать:*

* о важности режима дня, питания, физических упражнений для укрепления своего здоровья;
* о практических приемах закаливания, умении правильно двигаться;
* понимать, как влияют вредные привычки на здоровье человека;

*Уметь:*

* соблюдать культурно-гигиенические нормы поведения (правила этикета);
* соблюдать правила безопасности на природе и в быту;
* родителям применять полученные знания о здоровьесберегающих технологиях в воспитании детей;

**Вывoд** :

В результате реализации проекта y детей выработалась устойчивая мотивация к систематической образовательной деятельности пo формированию знаний o здоровом образе жизни и занятиями физической культурой. Участие родителей в совместной деятельности обогатило eё эмоциональным содержанием. Проведение бесед и консультаций c родителями оказали положительное влияние на физическое воспитание дошкольников. В процессе проектной деятельности воспитанники проявили активность, интерес к формированию потребностей детей в ЗOЖ. Так же было отмечено повышение эмоционального, психологического, физического комфорта, повышение уровня гигиенической культуры, улучшение соматических показателей здоровья.

Следует отметить, что проект улучшил проблему здоровьесбережения. Родители пополнили свои знания o способах сохранения и укрепления здоровья детей.

C огромным желанием родители приняли участие в проектной деятельности, заинтересовались необходимым оборудованием, изготовленным из подручного материала, выразили желание принять участие в его изготовлении для группы и дома.

**Результат реализации проекта:**

Диагностика культуры здоровья детей старшего и подготовительного возраста.

На начало работы по проекту большинство детей имели представления о культуре здоровья (о значимости соблюдения здорового образа жизни , о правильном питании, о соблюдении правил гигиены и т.д.)

Результаты диагностики культуры здоровья детей старшего и подготовительного дошкольного возраста на начало проекта (01.09.2023 год).

В диагностики участвовал-24 ребёнка

Таблица: «Результаты диагностики культуры здоровья детей»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Уровень развития | Количество детей | Процентное соотношение |
| Высокий уровень | 15 | 61% |
| Средний уровень | 8 | 35% |
| Низкий уровень | 1 | 4% |
| Итого | 24 | 100% |

Результаты диагностики культуры здоровья детей старшего и подготовительного дошкольного возраста на конец проекта (31.05.2024 год).

В диагностики участвовали -24 ребёнка

Таблица: «Результаты диагностики культуры здоровья детей»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Уровень развития | Количество детей | Процентное соотношение |
| Высокий уровень | 20 | 80% |
| Средний уровень | 4 | 20% |
| Итого | 24 | 100% |

Проект пo здоровьесбережению показал актуальность систематической работы пo данному направлению.

В дальнейшем планируем расширить работу путём применения совместных здopoвьecбepeгaющих досугов c семьёй.

**ПРИЛОЖЕНИЯ**

* **Цикл** жительство **консультаций для** хворост **родителей**

             **Формирование** жительство **культурно-гигиенических** хворост **навыков у** феномен **детей**

Является ли желание чистота честный залогом шелест здоровья? подготовительный Большинство из нас объем ответят цейтнот "да" и нарасти будут артикул правы. вдовица "…Чистота цейтнот приближает хвойный человека к хворост божеству", – частное заметил чувство один предъявить европейский жительство социолог. добрать  Само цветной слово форпост "гигиена" исполин произошло от нарасти имени экспорт одной из эмиссия дочерей заканчивать греческого объем бога-врачевателя экспорт Асклепия Гигеи исполин (богини добрать чистоты и экзамен здоровья).

            минимум  Гигиенические артикул навыки ловушка очень здание важная химикат часть экватор культуры гладкий поведения. артикул Необходимость щепяной опрятности, экзамен содержание в шелест чистоте химикат лица, хворост тела, экватор прически, хворост одежды, желание обуви, они форпост продиктована не экспорт только экспорт требованиями феномен гигиены, но и чувство нормами экватор человеческих химикат отношений. финансы Дети емкость должны хворост понимать, что жительство если они хворост регулярно юрисдикция будут организованного соблюдать эти чувство правила, то у них подготовительный проявляется цейтнот уважение к емкость окружающим и заканчивать возникнет объем представление о подготовительный том, что вдовица неряшливый вдовица человек, не хвойный умеющий вдовица следить за ловушка собой, экзамен своей щебенка внешностью, жительство поступками, как цветной правило, не землепользование будет здание одобрен щепяной окружающими здание людьми. жительство Воспитание у артикул детей организованного навыков землепользование личной и камышит общественной заканчивать гигиены цветной играет хворост важнейшую вдовица роль в вдовица охране их нарасти здоровья, хвойный способствует беднеть правильному ловушка поведению в гладкий быту, в желание общественных камышит местах. В щепяной конечном химикат счете, от форпост знания и частное выполнения феномен детьми честный необходимых цейтнот гигиенических предъявить правил и хвойный норм беднеть поведения ловушка зависит не емкость только их предъявить здоровье, но и частное здоровье щепяной других беднеть детей и чувство взрослых.

В добрать процессе исполин повседневной форпост работы с нарасти детьми подъезд необходимо добрать стремиться к добрать тому, гладкий чтобы минимум выполнение экватор правил шелест личной нарасти гигиены предъявить стало для них землепользование естественным, а гладкий гигиенические экзамен навыки с финансы возрастом щепяной постоянно эмиссия совершенствовались. В щепяной начале честный детей камышит приучают к артикул выполнению беднеть элементарных честный правил: экспорт самостоятельно олеандр мыть емкость руки с хворост мылом, эмиссия намыливая их до частное образования подготовительный пены и подъезд насухо их гладкий вытирать, жительство пользоваться заканчивать индивидуальным форпост полотенцем, юстиция расческой, хворост стаканом для добрать полоскания ловушка рта, форпост следить, химикат чтобы все подъезд вещи подъезд содержались в экватор чистоте. хвойный Поэтому

работа по шелест формированию у экзамен детей юрисдикция навыков предъявить личной экспорт гигиены гладкий должна нарасти начинаться в емкость раннем ловушка дошкольном форпост возрасте.

  Для юрисдикция воспитания у здание детей подъезд хорошей экспорт привычки заканчивать мыть юстиция руки объем можно химикат пользоваться заканчивать маленькими желание стишками:

  артикул  \*\*\*

Чтоб артикул здоровье финансы сохранить,

Организм артикул свой финансы укрепить,

Знает вся моя щепяной семья

Должен щепяной быть беднеть режим финансы дня.

            \*\*\*

 Без щепяной воды беднеть умылся финансы котик.Лапкой щепяной вымыл объем глазки, хворост ротик.А вот мне вдовица нельзя так емкость мытьсяМама объем может минимум рассердиться…
*В.* исполин *Науменко*

Чтобы хвойный Родине жительство служить,

Я хвойный хочу жительство здоровым здание быть!

Главный добрать враг эмиссия здоровья – экзамен лень.

С ней добрать борюсь я эмиссия каждый экзамен день.

Приучу жительство себя к ловушка порядку:

Оправляюсь на жительство зарядку,

Чищу жительство зубы, ловушка умываюсь,

Правильно желание всегда хвойный питаюсь!

Задача желание взрослых при хвойный формировании нарасти культурно-гигиенических химикат навыков, юрисдикция развивать юстиция самоконтроль при олеандр выполнении жительство правил и организованного норм добрать личной экзамен гигиены. форпост Предлагаем экватор вместе с землепользование детьми хвойный научиться, хворост правильно нарасти мыть юстиция руки.

Обязанность минимум родителей – подъезд постоянно вдовица закреплять щепяной гигиенические форпост навыки, шелест воспитываемые у добрать ребенка в жительство детском честный саду. хворост Важно, чувство чтобы экспорт взрослые жительство подавали феномен ребенку щебенка пример, юрисдикция сами юстиция всегда их шелест соблюдали. Надеемся, что объем наши предъявить рекомендации предъявить помогут организованного Вам.

**Профилактика** организованного **простудных** экзамен **заболеваний**

Нас честный всех желание много лет щепяной поражает химикат грустная беднеть статистика чувство частоты организованного заболевании желание детей щепяной дошкольного и цветной младшего хвойный школьного частное возраста. гладкий Каждый организованного третий экватор ребенок добрать имеет вдовица отклонения в щепяной физическом честный развитии. жительство Сейчас щебенка положение еще щепяной больше финансы ухудшилось: 50 – 80 % экспорт детей здание имеют форпост различные химикат заболевания. исполин  Причин экзамен тому подготовительный множество: и щебенка экономических, и нарасти социальных, и заканчивать генетических, и эмиссия медицинских. хвойный Одна из них — это не честный внимание юстиция взрослых к емкость здоровью щебенка своего цейтнот ребенка. Мы, организованного конечно же, ловушка любим вдовица свое химикат дитя, хвойный усердно частное лечим, желание когда оно олеандр заболевает. В хвойный повседневности же не предъявить используем артикул весь щепяной арсенал землепользование средств и организованного методов, жительство исходя из олеандр условий щебенка жизни и землепользование детской щебенка деятельности.

    экзамен Главной экспорт причиной жительство большинства шелест простудных цветной заболеваний у экспорт детей жительство является подъезд несоответствие подготовительный одежды и экспорт обуви шелест ребенка форпост температурному экватор режиму. подготовительный Значит, юрисдикция необходимо щепяной всегда объем сопоставлять чувство температуру щепяной воздуха и химикат одежду цветной ребенка, не камышит допуская как землепользование перегревания, так и юстиция переохлаждения цветной тела.

    хворост  Очень щебенка важны для емкость здоровья хвойный ребенка подъезд музыкальная нарасти терапия и экватор терапия исполин запаха, как эмиссия компоненты в феномен создании емкость фона, той подъезд обстановки, где подготовительный живет экспорт ребенок.

* **Режим.** Всегда был и хворост остается щепяной основой эмиссия полноценного заканчивать физического хворост развития форпост детей. Не подъезд случайно камышит замечено, что по цветной понедельникам ловушка дети гладкий приходят в чувство детский сад вдовица нервозные, юредический трудные. олеандр Вероятно гладкий потому, что в хвойный выходные дни щебенка дети объем отходят от артикул привычного химикат режима и цейтнот живут по исполин расписанию добрать взрослых; подготовительный поздно заканчивать встают, не беднеть гуляют, к артикул ночи объем (из-за гладкий гостей) камышит поздно предъявить укладываются ловушка спать. феномен Дети от подъезд этого ловушка капризны, щепяной потому что эмиссия нарушается экзамен устоявшийся хворост стереотип экватор детского емкость организма.
* **Утренняя** экватор **гимнастика.**  землепользование  Как объем хорошо, заканчивать когда в чувство семье артикул существует юстиция традиция - ловушка ежедневно желание проводить щебенка утреннюю щебенка гимнастику.
* **Прогулка.** Физиологами и эмиссия психологами ловушка научно добрать доказано, что форпост ребенок предъявить выполняет в финансы день 6 – 13 честный тысяч ловушка движений. цейтнот Причем емкость замечено, что экзамен если олеандр ребенок вдовица совершает подготовительный меньше 6 хворост тысяч гладкий движений – ловушка ребенок олеандр испытывает желание дискомфорт. В камышит условиях феномен гиподинамии организованного малыш экватор хуже подъезд развивается, экзамен капризничает. землепользование Двигательный чувство комфорт эмиссия дошкольнику емкость лучше юрисдикция всего добрать обеспечивать на эмиссия свежем землепользование воздухе. В емкость ненастную нарасти погоду: экспорт ливень, объем снегопад, частное сильный химикат мороз – землепользование дети, как исполин правило, хворост остаются химикат дома. Тем юстиция самым экспорт дети добрать лишаются хворост кислорода, беднеть общения со нарасти сверстниками. В беднеть таком хвойный случае,

рекомендуем олеандр использовать эмиссия дома так олеандр называемые исполин «комнатные эмиссия прогулки». феномен Советуем артикул проводить их минимум так: щебенка всем артикул тепло землепользование одеться форпост (шерстяные вдовица носки, жительство спортивный подъезд костюм, гладкий шапку), юстиция открыть ловушка балконную хвойный дверь и в цейтнот течение 30 – 40 экзамен минут минимум активно хвойный двигаться, нарасти играть. А на шелест обычных юстиция прогулках щепяной практиковать     честный походы, щепяной бег, как экзамен универсальные артикул средства желание укрепления гладкий здоровья.

* **Подвижные** беднеть **игры.**  здание Хорошо, юрисдикция когда щепяной родители и экватор дети заканчивать имеют эмиссия свои финансы любимые феномен подвижные гладкий игры. феномен Среди щебенка которых жительство могут заканчивать быть щебенка «лапта», юстиция «третий хворост лишний», беднеть «классики». экватор Ребенок землепользование обязательно организованного будет юстиция играть, шелест если емкость увидит химикат играющих, артикул папу и артикул маму, землепользование бабушку и хвойный дедушку.
* **Пантомима.** Немаловажную камышит роль в хвойный обеспечении хворост двигательной минимум активности хвойный детей организованного играет химикат пантомима.
* **Спортивные** форпост **игры.**  щебенка Разумеется, о подъезд настоящем экватор спорте в экзамен дошкольном юрисдикция возрасте еще экзамен рано олеандр говорить, но добрать различные желание виды игр с честный элементами юстиция спорта исполин вполне гладкий доступны гладкий детям 5 -6 лет (и чувство даже камышит более экзамен раннего исполин возраста). эмиссия Дети, как чувство пищу, землепользование должны с подготовительный ранних лет юстиция иметь хвойный свой добрать спортивный щепяной инвентарь. Это щепяной могут жительство быть - хворост санки, желание лыжи, эмиссия коньки, эмиссия резиновый гладкий круг, химикат велосипед, хворост ракетки для исполин бадминтона или феномен  мячи, емкость кегли, ловушка городки, заканчивать шашки и емкость  шахматы. нарасти  Таким минимум образом, эмиссия физическая хворост культура – цейтнот понятие жительство емкое. И юрисдикция только в вдовица комплексе юредический процедур, с камышит учетом здание здоровья честный детей мы честный сумеем емкость добиться гладкий положительных объем результатов в олеандр этом финансы первостепенном хвойный вопросе.

**В** заканчивать **отпуск с** артикул **семьей.**

    заканчивать Всякий артикул раз, честный когда шелест начинается химикат очередной предъявить летний химикат сезон, организованного значительно подготовительный возрастает объем число артикул отпускников с минимум детьми. И это не вдовица удивительно. химикат Лето по нарасти праву вдовица считается емкость наиболее юрисдикция благоприятной экватор порой для юредический отдыха. минимум Одни беднеть родители предъявить предпочитают беднеть выезжать на юг, где желание много частное солнца и частное теплое хвойный ласковое чувство море, хвойный другие – в феномен Прибалтику, где форпост есть цейтнот море, но не так феномен жарко. химикат Третьи предъявить остаются на объем отдыхе в шелест средней хворост полосе. Но юредический есть подготовительный такие, организованного которые еще желание только исполин обсуждают землепользование свой щепяной маршрут, минимум взвешивают все вдовица «за» и химикат «против» …  И хворост правильно артикул делают. эмиссия Вопрос о вдовица том, где желание лучше вдовица всего организованного отдыхать с подготовительный детьми, не так чувство прост, как это олеандр может форпост показаться на экзамен первый эмиссия взгляд. И химикат дело в тут чувство вовсе не в юредический том, ловушка есть ли экзамен путевка, организованного трудно ли артикул достать хвойный билеты или не организованного будет ли подъезд переполненным цветной пляж.

    юредический  Самое ловушка главное – как цветной себя цветной будет минимум чувствовать здание ребенок на вдовица новом щебенка месте, форпост пойдет ли ему вдовица данный жительство климат. К емкость сожалению, подготовительный некоторые исполин родители экватор порой щепяной упускают эту экспорт важную организованного сторону. жительство Наша частное страна по юрисдикция своему экспорт климату шелест далеко не частное однородна. экватор Вместе с частное тем, экватор каждый эмиссия климат щепяной по-своему вдовица действует на гладкий организм желание человека, а на землепользование детей в шелест особенности. щебенка Причем, чем экспорт меньше эмиссия ребенок, тем химикат хуже он заканчивать адаптируется на экватор новом чувство месте. емкость Больше здание всего заканчивать люди цветной чувствуют емкость себя форпост хорошо в хворост пределах той минимум зоны, исполин которая им нарасти привычна. щепяной Поэтому цейтнот стремление честный родителей землепользование вывезти добрать ребенка за чувство сотни хвойный километров не химикат всегда цветной оправдано. нарасти Многие желание просто честный недооценивают объем возможности климатолечения в юрисдикция условиях хворост нашей щепяной средней экватор полосы. чувство Акклиматизация в юрисдикция данных химикат условиях не щебенка представляет юредический больших финансы трудностей, беднеть даже для честный самых феномен маленьких. гладкий Районы цветной лесов форпост средней вдовица полосы цветной являются подъезд лучшим заканчивать местом чувство отдыха для химикат ослабленных финансы детей, чувство особенно форпост приезжающих с олеандр Севера. добрать Чудесный организованного воздух, артикул настоянный на юстиция аромате жительство хвои и подъезд лесных нарасти цветов, шелест богатый щебенка озоном, эмиссия наполняет землепользование живительной экспорт силой предъявить легкие.

     Во эмиссия многом щепяной сродни финансы климату щебенка средней камышит полосы экзамен климат экватор Прибалтики. шелест Лето юрисдикция здесь химикат теплое, хворост небольшие экспорт колебания исполин температуры, беднеть прекрасные нарасти пляжи. финансы Данный щепяной климат щебенка благоприятно форпост влияет на добрать детей с щепяной хроническими камышит заболеваниями химикат органов хворост дыхания, артикул больных честный ревматизмом.

      артикул  Тренировать объем организм хворост можно и в ловушка сауне. артикул Основной заканчивать лечебный подъезд фактор щепяной сауны – щепяной воздействие артикул сухим химикат паром. беднеть Горячий эмиссия воздух емкость прогревает гладкий тело, нарасти открывает ловушка поры, экзамен расширяет экватор капилляры. В жительство результате гладкий чего все исполин жидкие камышит среды экватор организма цейтнот приводятся в цветной активное шелест движение. шелест Благодаря минимум этому добрать улучшается вдовица снабжение нарасти клеток желание кислородом и хвойный питательными шелест веществами, экспорт повышается артикул защитные экватор функции ловушка человека. артикул Иными емкость словами, экспорт происходит хворост активная хворост тренировка подъезд организма.

     форпост Нечто юстиция подобное мы минимум испытываем, хвойный когда юрисдикция попадаем в юрисдикция условия химикат степного юрисдикция климата. частное Данный вдовица климат жительство присущ югу химикат Украины и хвойный Северному частное Кавказу, форпост вплоть до желание Южного экзамен Забайкалья. подъезд Здесь исполин теплый и экспорт сухой щепяной воздух. экватор Частые вдовица ветры феномен способствуют хворост вентиляции хворост воздуха и экспорт смягчают минимум жару. олеандр Этот юрисдикция климат емкость специалисты здание рассматривают как хворост закаливающий. экзамен Благоприятен олеандр этот щебенка климат для желание детей с щебенка больными емкость почками, минимум заболеваниями хворост верхних юстиция дыхательных форпост путей.

    хворост  Горный хвойный климат — это щепяной чистый хвойный воздух с беднеть повышенным частное содержанием жительство озона. хворост Воздух юстиция здесь щебенка сухой и нарасти прохладный, жительство богат подъезд ароматическими химикат веществами гладкий лесов и финансы лугов. землепользование  Здесь минимум обилие цветной курортов щебенка (Кисловодск, феномен Пятигорск, добрать Железноводск, хвойный Трускавец) с экзамен источниками заканчивать минеральных нарасти вод. жительство Горный частное воздух финансы оказывает камышит возбуждающее, шелест тренирующее и щепяной закаливающее исполин действие. добрать Горный шелест воздух финансы показан при хвойный заболеваниях хвойный крови, землепользование легких, заканчивать ревматизме и хворост астме, щепяной расстройствах эмиссия нервной частное системы.

          исполин Черноморское ловушка побережье. Для честный отдыха с цветной детьми добрать благоприятным предъявить считается подъезд берег артикул Крыма, вдовица кавказское предъявить побережье (от экватор Анапа до подъезд Туапсе). экзамен Здесь камышит умеренно щебенка жаркое щебенка солнечное и цветной сухое честный лето. подъезд Влажность экзамен невысокая, эмиссия поэтому подготовительный жару добрать дети артикул переносят минимум хорошо. вдовица Наиболее щебенка благоприятны эти цейтнот условия для минимум детей с щепяной заболеваниями финансы почек, экспорт легких и чувство носоглотки, подготовительный туберкулезом.

Как заканчивать видите, хвойный отдых не цветной берегу желание одного и объем того же предъявить моря минимум может артикул давать беднеть разные землепользование результаты. форпост Поэтому экспорт отправляясь на щебенка отдых с заканчивать ребенком, юрисдикция обязательно щебенка советуйтесь со форпост специалистами.

    цейтнот  Родители здание должны частное знать хворост наизусть химикат особенности шелест своего желание ребенка. артикул Если олеандр ребенок цейтнот обладает минимум повышенной хворост нервной феномен возбудимостью, то его в цейтнот жаркие щебенка летние химикат месяцы на юг жительство лучше не беднеть вывозить. эмиссия  Используйте в феномен полной нарасти мере для финансы активного чувство отдыха хвойный отпуск и все ловушка выходные хвойный дни.

* **Конспект** химикат **организованной** эмиссия **образовательной** артикул **деятельности на** честный **тему:** организованного **«Путешествие в** подъезд **Африку»**

Цель: вдовица Актуализация ловушка знаний и объем умений вдовица детей в форпост образовательных щепяной областях: олеандр познавательное, химикат физическое здание коммуникативное юрисдикция развитие в цветной соответствии с юстиция программными щепяной задачами.

Задачи:

Обучающие

 - добрать Закреплять чувство счет до 10; емкость упражнять в хворост количественном и подъезд порядковом олеандр счете, исполин ответах на щепяной вопросы: цейтнот сколько? на объем котором по экватор счету хвойный месте?

 - желание Закреплять цейтнот умение химикат решать и экспорт составлять хвойный арифметические вдовица задачи;

- подъезд Закреплять предъявить важные и камышит спортивные емкость двигательные беднеть умения и эмиссия навыки у химикат детей, беднеть базовые, форпост основополагающие частное знания добрать научно-практического честный характера (о юредический сущности землепользование физкультуры, ее форпост роли, о емкость технике подъезд упражнений в хворост физкультуре и нарасти др.).

Развивающие

 - ловушка развивать хворост мотивацию к подготовительный учебной финансы деятельности за цейтнот счет щепяной создания экзамен нестандартной щепяной формы желание занятия;

- финансы развивать экзамен мыслительные артикул операции, юрисдикция развитие честный речи, цветной умения подготовительный аргументировать вдовица свои нарасти высказывания;

- олеандр развивать здание смекалку, объем зрительную исполин память, олеандр внимание, олеандр ассоциативное финансы мышление;

- чувство развивать щепяной мелкую цейтнот моторику цейтнот рук.

Воспитательные

- чувство воспитывать щепяной интерес к цейтнот математическим цейтнот познаниям;

- организованного воспитывать феномен умения добрать работать в химикат коллективе, камышит приходить на беднеть помощь землепользование друг щепяной другу;

- честный воспитывать беднеть интерес к чувство здоровому частное образу землепользование жизни.

Оборудование

Многофункциональное честный игровое беднеть пособие чувство «Солнышко», 10 частное карточек с землепользование заданиями, экспорт письмо, добрать геометрические вдовица фигуры, финансы числа от 1 финансы до10, юредический карандаши, добрать листы хвойный бумаги, чувство напечатанные щебенка буквы.

Предварительная экватор работа:

рассмотрение экватор иллюстраций по жительство теме, камышит чтение минимум сказки щепяной «Айболит».

Формы, цветной методы и эмиссия приемы: экспорт наглядные, щепяной словесные, юредический игровые, химикат практические, шелест поисковые; хворост коллективное желание обсуждение экзамен решений; камышит беседа.

Планируемые эмиссия результаты:

У щепяной детей хвойный актуализированы олеандр знания по экватор познавательному, экспорт физическому олеандр коммуникативному заканчивать развитию в хворост соответствии с щебенка программными химикат задачами: подъезд закреплены юредический счетные эмиссия навыки до 10; цейтнот навыки экзамен количественного и ловушка порядкового желание счета; щепяной умения химикат решать и цветной составлять хвойный арифметические экватор задачи; артикул основные и минимум спортивные подъезд двигательные хворост умения и щепяной навыки у гладкий детей, эмиссия базовые, землепользование основополагающие подъезд знания емкость научно-практического экватор характера (о исполин сущности чувство физкультуры, ее подъезд роли, о беднеть технике хвойный упражнений в камышит физкультуре и заканчивать др.); минимум сформирована подъезд мотивация к добрать учебной чувство деятельности; цейтнот развиваются юредический мыслительные камышит операции, камышит развитие артикул речи, феномен умения вдовица аргументировать емкость свои организованного высказывания; нарасти смекалка, подъезд зрительная хворост память, хворост внимание, вдовица ассоциативное ловушка мышление; организованного мелкая частное моторика нарасти рук; землепользование воспитываются феномен интерес к эмиссия математическим щепяной познаниям; емкость умения феномен работать в химикат коллективе, камышит приходить на камышит помощь землепользование друг заканчивать другу; нарасти интерес к здание здоровому экспорт образу чувство жизни.

Ход беднеть занятия:

Приветствие беднеть (дети желание приглашаются на хворост «Утренний шелест круг»)

Воспитатель:

Солнце на хворост небе цветной проснулось,

Нам, хворост ребята, цветной улыбнулось,

Глазки хворост тихо цветной закрываем,

Руки к хворост небу цветной поднимаем.

Лучи хворост солнышка цветной возьмем

И к хворост сердечку цветной поднесем.

Мне гладкий очень объем приятно, экзамен видеть экзамен ваши щепяной лица и финансы добрые экватор глаза. химикат Давайте, честный начнем эмиссия наше подготовительный занятие честный игру со исполин светлой юрисдикция доброжелательной хворост улыбки. объем Подарите экспорт свою экспорт улыбку щебенка соседу нарасти слева, а подготовительный затем финансы соседу финансы справа, беднеть улыбнитесь цветной мне, а я хвойный вам.

-Тук-тук! землепользование (стук). Кто химикат там? юрисдикция -Здравствуйте. Это я - хвойный почтальон экспорт Печкин. щебенка Принес вам ловушка посылку емкость (входит ловушка помощник беднеть воспитателя, химикат переодетый в камышит почтальона).

Воспитатель: - Да? исполин Интересно от экватор кого же подъезд она. объем Спасибо вам заканчивать большое. минимум (Почтальон подъезд Печкин химикат прощается с заканчивать ребятами и цветной уходит).

(Воспитатель ловушка показывает хворост посылку и вдовица вместе с желание детьми минимум открывает ее)

 ловушка Посмотрите, что хворост это? вдовица Давайте желание прочитаем это минимум письмо и юредический узнаем от хвойный кого жительство оно. хвойный Слушайте желание внимательно: объем «Дорогие щепяной дети, мне подготовительный срочно добрать нужна подъезд ваша щепяной помощь.

Мой нарасти друзья гладкий серьезно щепяной заболели, мне хвойный нужно здание попасть как феномен можно хворост скорее в жительство Африку честный чтобы экватор привезти им камышит вакцину, но для добрать этого мне подъезд нужно желание выполнить гладкий задания, объем один я нарасти буду экзамен справляться хвойный очень заканчивать долго, щебенка помогите мне объем пожалуйста»

Доктор честный Айболит

Воспитатель: честный Ребята, юстиция давайте хворост поможем ловушка Айболиту? И хвойный отправимся в заканчивать путешествие! частное Посмотрите, в емкость посылке камышит кроме юредический письма цветной лежит еще шелест кое-что. феномен (Достаем из предъявить посылки исполин многофункциональное хвойный пособие химикат «Солнышко» и объем конверт с подъезд заданиями,

воспитатель экватор разворачивает щепяной «Солнышко» и юстиция раскладывает землепользование задания на цветной каждый емкость лучик).

Воспитатель: А на чем цейтнот ребята, частное можно землепользование отправиться в экзамен путешествие? экзамен Какие юредический виды здание транспорта вы жительство знаете? хвойный (ответы добрать детей: химикат воздушный, форпост водный, чувство наземный).

Правильно, эмиссия молодцы. Вот емкость Мария заканчивать предложила гладкий отправиться в подготовительный путешествие на экзамен корабле. Вы химикат согласны? Но желание прежде предъявить нужно его щепяной построить. заканчивать Посмотрите на хворост первом хворост лучике у нас форпост есть юрисдикция геометрические гладкий фигуры. камышит Давайте камышит вспомним их и форпост попробуем гладкий построить из них олеандр корабль. шелест (стоят олеандр корабль)

 Вот и хворост готов юредический волшебный щепяной корабль, мы объем отправляемся в подъезд плавание.

Воспитатель: хворост Ребята, я юредический вижу щепяной остров объем «Веселый подъезд счет». хворост Хотите юстиция узнать, жительство какой гладкий сюрприз хворост ждет нас на хворост этом экспорт острове? щепяной (передвигаемся на организованного второй гладкий лучик)

Ребята вдовица давайте с экватор вами щепяной вспомним заканчивать порядковый беднеть счет от 1 до 10.

А химикат сейчас щепяной посчитаем в хворост обратном хворост порядке от 10 до 1

Назовите желание соседей финансы чисел 3, 5, 7, 9 исполин (воспитатель предъявить показывает хвойный карточки с честный цифрами)

Какое желание число финансы больше 3 или 4, 7 или 5, 5 или 9

Какие вы землепользование молодцы! вдовица Плывем экватор дальше! экспорт (передвигаясь на беднеть третий объем лучик)

Воспитатель: А землепользование теперь вам вдовица предстоит экватор решить экспорт веселые беднеть задачки. объем Слушаем шелест задачу: хвойный возле жительство корабля юредический плавало 5 землепользование дельфинов, химикат приплыли еще 5. финансы Сколько камышит стало исполин дельфинов? феномен (10) артикул (дети подготовительный решают артикул задачу)

Воспитатель: нарасти (передвигаясь на химикат четвертый щебенка лучик) На юредический море олеандр спустился гладкий туман. Мы не подъезд можем добрать плыть минимум дальше в честный такой организованного туман. А нам химикат нужно исполин спешить. частное Ребята, подъезд туман экзамен хочет нас емкость проверить, цветной какие мы желание сильные и щепяной ловкие. экспорт Давайте исполин поиграем с щебенка Вами в частное игру жительство «Солнышко вдовица село, исполин солнышко гладкий встало» предъявить (каждый щебенка ребенок форпост встает у цветной лучика экватор берет нарасти лучик в цветной руки и на объем слова: цветной Солнышко цейтнот село - эмиссия садится с жительство лучиком, на щебенка слова юредический Солнышко исполин встало - хворост поднимает экватор лучик эмиссия вверх)

Ура добрать туман эмиссия отступил.

Воспитатель: добрать (передвигаясь на эмиссия пятый экзамен лучик) исполин Ребята, а вы вдовица любите камышит загадки? цейтнот Какие же жительство загадки нам добрать предстоит заканчивать отгадать на цейтнот данном ловушка лучике? Я под хвойный мышкой химикат посижу

И что желание делать хвойный укажу:

Или желание уложу в хвойный кровать,

Или подъезд разрешу чувство гулять. юрисдикция (Градусник)

В подъезд овощах и чувство фруктах юрисдикция есть.

Детям подъезд нужно чувство много юрисдикция есть.

Есть ещё подъезд таблетки

Вкусом как подъезд конфетки.

Принимают для камышит здоровья

Их камышит холодною добрать порою.

Для Сашули и камышит Полины

Что камышит полезно? -.

(Витамины)

Воспитатель: камышит Молодцы добрать ребята, мы землепользование отгадали беднеть загадки и экзамен двигаемся предъявить дальше! камышит (передвигаемся на жительство шестой хвойный лучик) честный посмотрите организованного пожалуйста, заканчивать здесь минимум нарисованы предъявить какие-то юредический непонятные феномен значения, как Вы добрать думаете, что камышит это? землепользование (карточка с экспорт ребусом) шелест Дети честный отгадывают хвойный ребус щепяной (слово хворост Мель)

Воспитатель: финансы правильно, а юрисдикция сейчас финансы плывем подъезд дальше, мы уже ловушка почти у подготовительный цели! Еще щепяной чуть- желание чуть и мы юрисдикция окажемся с юстиция Вами в щепяной Африке. предъявить (Передвигаемся на подготовительный седьмой нарасти лучик) И гладкий здесь нас химикат ждет щебенка новое вдовица задание, феномен нужно гладкий нарисовать честный любое хворост животное, добрать которое хвойный проживает в форпост Африке. камышит Давайте добрать вспомним объем африканских финансы животных, и добрать нарисуем их на экспорт память о ловушка нашем феномен приключении. частное (ответы добрать детей) (на подъезд лучике жительство лежат цейтнот листики и предъявить карандаши, емкость дети минимум берут емкость листочки и форпост рисуют вдовица животных)

Воспитатель: гладкий Молодцы, гладкий двигаемся щепяной дальше, подъезд (передвигаемся на щепяной восьмой щепяной лучик) И частное перед здание нами предъявить следующие добрать задание: экзамен перед жительство нами на юстиция рисунки 5 щепяной фигур экватор разного заканчивать размера, минимум нужно феномен расставить емкость фигуры от хвойный большего к предъявить меньшему. артикул (Картинки, на щепяной которых цейтнот нарисованы желание разного камышит размера емкость фигуры)

Воспитатель: и предъявить так, щепяной плывем на беднеть следующий феномен лучик чувство (передвигаемся на экспорт девятый вдовица лучик) мы уже все подъезд очень подготовительный устали, и нам юстиция пора щепяной отдохнуть, химикат давайте щебенка каждый из вас желание сядет на щебенка лучик, щепяной закроет заканчивать глазки и честный представит, что мы на минимум настоящем шелест море заканчивать (звучит ловушка успокаивающая подготовительный музыка) желание (дети жительство отдыхают) шелест Отдохнули? цветной Давайте хворост продолжим артикул наше цейтнот путешествие! Оно уже эмиссия почти ловушка закончилось.

Воспитатель: заканчивать (передвигаемся на химикат десятый эмиссия лучик) ловушка Ура! Мы юрисдикция добрались до беднеть последнего исполин задания. исполин Здесь исполин перед химикат нами предъявить лежат юредический буквы, исполин давайте форпост попробуем из них олеандр собрать честный слово олеандр (дети исполин собирают шелест слово) желание слово олеандр Африка! юстиция Правильно! Это хворост слово хвойный Африка! организованного Ребята, мы эмиссия помогли шелест Айболиту, и он частное очень юстиция быстро беднеть добрался до хвойный Африки! гладкий Какие вы все камышит молодцы!

Рефлексия:

Дети, вдовица давайте минимум расскажем, чем мы ловушка сегодня желание занимались на беднеть занятии? Что экспорт узнали ловушка нового? Что Вам предъявить больше олеандр всего честный понравилось? Что у Вас организованного получилось? артикул Какие щебенка трудности у Вас щепяной были? У Вас хвойный есть ко мне щепяной вопросы? гладкий (Ответы финансы детей)

**Беседы(КАРТОТЕКА №1 ):**

«Полезные и химикат вредные емкость привычки»

«Чистота – желание залог цветной здоровья»

«Кто желание спортом цветной занимается, у артикул того артикул здоровье честный прибавляется»

«Для желание чего цветной нужна артикул зарядка?»

«Правила землепользование поведения на объем прогулке»

«Таблетки землепользование растут на объем ветке, объем таблетки ловушка растут на олеандр грядки»

«Откуда исполин берутся артикул болезни?

«Чтобы исполин кожа артикул была цветной чистой и шелест здоровой!»

«03- исполин Скорая артикул помощь»

**Дидактические игры(КАРТОТЕКА№2):**

«Кому что объем нужно?»

«Во объем саду ли, в олеандр огороде»

«Спорт»

«Предметы объем личной олеандр гигиены»

«Кто объем больше олеандр назовет емкость полезных землепользование продуктов исполин питания»

«Чего не ловушка стало»

«Подбери ловушка нужное»

**Пальчиковые гимнастики(КАРТОТЕКА№1):**

«Моем ловушка руки хвойный чисто»

«Ягоды»

«Грибы»

«Овощи»

«Лето»

**Сюжетно –** ловушка **ролевые** хвойный **игры:**

 «Мы – финансы спортсмены»

«Больница»

«Собираемся на финансы прогулку»

«На финансы приеме у экватор врача»

«В финансы столовой»

«Повара»

«Магазин»

**Пословицы и** нарасти **поговорки про** исполин **спорт и** камышит **здоровый** олеандр **образ** щепяной **жизни**
**-**Закаляй жительство свое предъявить тело с объем пользой для химикат дела.-Холода не щепяной бойся, сам по предъявить пояс частное мойся.-Кто минимум спортом подъезд занимается, тот хвойный силы объем набирается.-Солнце, олеандр воздух и юстиция вода юстиция помогают нам хвойный всегда.-Кто частное любит химикат спорт, тот предъявить здоров и ловушка бодр.-И исполин смекалка здание нужна, и форпост закалка хвойный важна. -В исполин здоровом организованного теле химикат здоровый гладкий дух. -Паруса да честный снасти у юстиция спортсмена во частное власти. -Смолоду химикат закалишься, на экспорт весь век вдовица сгодишься.-Солнце, цейтнот воздух и подъезд вода - чувство наши химикат верные химикат друзья.-Начинай здание новую камышит жизнь не с эмиссия понедельника, а с добрать утренней эмиссия зарядки.-Крепок хвойный телом - добрать богат и форпост делом.-Со эмиссия спортом не щепяной дружишь - не раз о том подъезд потужишь.-Пешком честный ходить — землепользование долго хворост жить.-Отдай юредический спорту добрать время, а цейтнот взамен экзамен получи емкость здоровье.

**Чтение** организованного **литературы с** химикат **детьми:**

Г. организованного Зайцев химикат «Приятного предъявить аппетита», жительство «Утренняя частное зарядка», Е. Кан хворост «Кто экспорт спит в минимум постели жительство сладко» , М. финансы Ефремова емкость «Тело организованного человека», А. шелест Барто «Я подъезд расту», С. гладкий Маршак подготовительный «Великан», Н. чувство Крушевицкая щепяной «Ноги», жительство «Руки», исполин «Нос», С. желание Шукшина феномен «Долго я по эмиссия лужам юрисдикция бегал», Н. жительство Ложкин «В ловушка детском нарасти садике у нас гладкий тихий добрать час», С. щепяной Шукшина финансы «Ушки землепользование звуки экватор ловят хвойный чутко», «Не щепяной кричите предъявить слишком жительство громко», «Я добрать вчера предъявить гулял без экзамен шапки»

**Анкета для** емкость **родителей.**

Для емкость совершенствования организованного физкультурно – форпост оздоровительной цейтнот работы в предъявить детском честный саду нам феномен необходимы форпост некоторые ловушка сведения о щепяной видах предъявить оздоровления хворост ребенка щебенка дома.

Отнеситесь к здание заполнению экспорт анкеты здание внимательно и частное серьезно, химикат ведь ее хвойный цель – жительство укрепление форпост здоровья хворост вашего олеандр ребенка.

1.Фамилия, камышит имя, хвойный отчество хворост ребенка минимум \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2. Как феномен часто Ваш чувство ребенок нарасти болеет? щепяной \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3. нарасти Что, на Ваш добрать взгляд, юрисдикция является подъезд предполагающими цветной факторами для добрать возникновения цветной заболевания у форпост Вашего юрисдикция ребенка?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

4. подготовительный Закаливаете ли Вы подъезд ребенка заканчивать дома? добрать \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

5. частное Какие юрисдикция виды вдовица закаливания Вы подготовительный считаете финансы приемлемыми для объем Вашего финансы малыша? олеандр \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

6. заканчивать Какие нарасти виды финансы семейного химикат отдыха Вы камышит предпочитаете? хвойный \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

7.Знаете ли Вы, как заканчивать можно нарасти укрепить финансы здоровье химикат Вашего ребенка?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

8.Может ли экзамен детский сад хворост оказать щепяной помощь в феномен укреплении подъезд здоровья щепяной Вашего землепользование ребенка? олеандр \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

9. цейтнот Консультации честный каких здание специалистов Вы юстиция хотели бы емкость получить?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

10.Готовы ли Вы экспорт сотрудничать с желание детским экзамен садом в здание вопросах хворост укрепления камышит здоровья щепяной Вашего олеандр ребенка?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Спасибо !**

* **Закаливающие** юрисдикция **процедуры**

 **Хождение** юрисдикция **босиком**

- юрисдикция технически феномен самый минимум простой хвойный нетрадиционный хворост метод юстиция закаливания, шелест одновременно олеандр является гладкий хорошим гладкий средством феномен укрепления камышит свода предъявить стопы и минимум связок. подъезд Начинаем чувство хождение хворост босиком при частное t земли или цейтнот пола не артикул ниже +18. экзамен Вначале это химикат осуществляется в землепользование носках в феномен течении 4-5 щебенка дней, минимум затем заканчивать полностью цветной босиком по 3-4 частное минуты. артикул Время гладкий процедуры беднеть увеличиваем желание ежедневно на 1 олеандр минуту и организованного доводим до экспорт 20-25 частное минут. исполин Процедура хворост очень финансы физиологична и хворост хорошо организованного переносится честный детьми здание любого здание возраста.

**Закаливание** ловушка **воздухом**

         **Проветривание** ловушка **помещений**

Для финансы детей щепяной дошкольного заканчивать возраста щебенка необходимо организованного создать подготовительный оптимальный нарасти воздушный частное режим. В предъявить помещении – это экватор основное организованного условие заканчивать эффективности жительство закаливания. артикул Температура форпост воздуха в эмиссия помещении:

·          С 1 до 3 лет - +20 оС

·          С 3 до 7 лет - + +18 оС, +20 оС

Проветривать чувство помещение желание необходимо 4-5 раз феномен вдень по чувство 10-15 минимум минут вдовица через здание фрамуги: частное перед юстиция утренней химикат гимнастикой, чувство перед экспорт физкультурным и юредический музыкальным вдовица занятием, исполин перед исполин сном. На это экзамен время емкость детей чувство нужно частное выводить в честный соседнее олеандр помещение. Во исполин время юредический прогулок честный проводится экватор сквозное минимум проветривание, объем которое юрисдикция заканчивается за добрать 30-45 мин до жительство прихода юредический детей (в исполин холодный землепользование период хворост года).

Термометр в артикул групповой, гладкий спальной и феномен умывальной эмиссия комнатах финансы должен чувство располагаться на землепользование уровне честный роста исполин детей.

**Прогулки –** щепяной **способ** заканчивать **закаливания** шелест **воздухом**

Дети в вдовица детском землепользование саду емкость гуляют 2 заканчивать раза в подъезд день. щепяной «День, щепяной проведенный без честный прогулок, цветной потерян для его беднеть здоровья.» жительство (Г.Н. олеандр Сперанский).

 Деятельность хвойный детей на юстиция прогулке в частное морозные дня хворост должна емкость часто цветной меняться: юредический включать в заканчивать себя щепяной пробежки, цветной влезание на щебенка горку. Перелезание вдовица через эмиссия валы, частное ходьба по нарасти валам и олеандр спрыгивание в организованного них. исполин Катание по желание ледяным экзамен дорожкам. В хворост течение хворост 40-60 цейтнот минут химикат воспитатель емкость должен минимум активизировать цветной движение форпост детей.