

**ПРОЕКТ**  
**комплекса мероприятий, направленного на создание системы**  
**воспитания культуры здоровья старших дошкольников**  
**детского сада №9**

<b>1. Мероприятия с детьми:</b>	
НОД по формированию знаний старших дошкольников о здоровом образе жизни	<ul style="list-style-type: none"> <li>- знание правил личной гигиены и ухода за своим телом;</li> <li>- знание наиболее опасных факторов риска для здоровья и жизни;</li> <li>- знание о том, как устроен человек, какие органы нуждаются в особой защите;</li> <li>- знание о своем физическом развитии, уровне физической подготовленности.</li> </ul>
Физическое развитие	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Традиционные занятия с дошкольниками и утренняя гимнастика.</li> <li>- Степ-аэробика.</li> <li>- Пешие прогулки.</li> <li>- Круговая силовая тренировка с элементами стретчинга.</li> <li>- Бодрящая гимнастики после сна (хатха-йога)</li> </ul>
Воспитательные мероприятия	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Спортивные праздники и развлечения.</li> <li>- Дни здоровья.</li> </ul>
Оздоровительные мероприятия	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Приём витаминных препаратов («Ревит»).</li> <li>- Чесночные и луковые ингаляции.</li> <li>- Оксолиновая мазь.</li> <li>- Фиточай.</li> </ul>
<b>2. Взаимодействие с родителями</b>	
Информационно-просветительская работа	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Буклеты по реализации комплекса мероприятий по созданию системы воспитания культуры здоровья старших дошкольников.</li> <li>- Раздел «Воспитание культуры здоровья дошкольников» на информационном сайте детского сада.</li> <li>- «Библиотека здоровья».</li> <li>- Конкурс фотографий индивидуального оздоровления, красоты и здоровья.</li> </ul>
Туры выходного дня	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Поход к реке Тихая сосна.</li> <li>- Посещение спортивного комплекса «Юность», велопрогулка.</li> <li>- Посещение ролледрома спортивного комплекса «Юность».</li> <li>- Посещение водного комплекса «Волна»</li> <li>- Посещение ледового дворца «Невский»</li> </ul>
<b>3. Работа с педагогами</b>	
Семинар	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Установочный практикоориентированного семинара по созданию системы воспитания культуры здоровья старших дошкольников</li> </ul>

Руководитель проекта

С.В. Рыжих

