

Проект по здоровьесбережению в старшей группе «*Ключик к здоровью*»



Выполнили:
Даньшина Ю. А.
Заянчуковская Т. М.

Актуальность проекта.

Недостаточность знаний родителей о физических навыках и умениях детей данного возраста;

Нежелание родителей организовывать двигательную деятельность с детьми;

Невнимание родителей к здоровому образу жизни в семье;

Незаинтересованность родителей в организации двигательной деятельности детей



Вид проекта: групповой, познавательно-творческий.

Сроки реализации проекта: среднесрочный.

П

Образовательные области:

физическое развитие,

познавательное развитие,

художественно-эстетическое развитие, речевое развитие,

социально-коммуникативное развитие.



```
graph TD; A[Участники проекта] --- B[Педагоги]; A --- C[Дети]; A --- D[Родители]; A --- E[Старшая медсестра];
```

Участники проекта

Педагоги

осуществляют педагогическое просвещение родителей по проблеме;
-организуют деятельность детей и родителей.

Дети

участвуют в разных видах деятельности: познавательной, игровой, практической.

Родители

участвуют в совместной деятельности, делятся опытом с другими.

Старшая медсестра

оказывает помощь в организации оздоровительных процедур детям, консультируют родителей.

Цель проекта:

показать значимость здорового образа жизни, прививать любовь к спорту и физической культуре.





Задачи проекта:

- Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни, стремление к сохранению и укреплению своего здоровья средствами физической культуры.
- Развивать активность, подвижность, гибкость, ловкость через различные виды деятельности.
- Повышать педагогическую компетентность родителей в воспитании здорового ребёнка через вовлечение их в совместную деятельность.



Методы и формы работы

Методы работы: словесные, наглядные, практические, игровые.

Формы работы:

- чтение художественной литературы;
- игры –подвижные, малоподвижные, дидактические, словесные;
- беседы;
- просмотр презентации;
- рассматривание картинок по теме «ЗОЖ»;
- заучивание речёвок , пословиц, поговорок, считалок;
- праздник, развлечение;
- утренняя гимнастика, гимнастика-побудка, пальчиковая гимнастика, физ. минутки;
- экскурсии;
- уголок для родителей (папки-передвижки, консультации, стенгазета, информационная копила «Народная мудрость гласит» и т.д).



Этапы реализации проекта:

1 этап Подготовительный

- составление плана деятельности;
- сотрудничество с родителями;
- подбор литературных произведений для детей;
- изучение методической литературы;
- подготовка цикла бесед о здоровье, спорте.

2 этап Основной

Для успешной реализации задач проекта необходимо:

Оздоровительные мероприятия (ежедневно):

- утренняя гимнастика;
- дыхательная гимнастика;
- гимнастика для глаз;
- гимнастика – побудка;
- подвижные и спортивные игры;
- пальчиковая гимнастика с проговариванием стихотворных форм;
- прогулки;
- физ. минутки.

3 этап Итоговый

- праздник «Школа молодого бойца» с участием родителей.
- презентация по проекту «Ключик к здоровью».



Ожидаемые результаты:

организация содержательной здоровьесберегающей развивающей среды в группе;

снижение заболеваемости и повышение уровня здоровья детей;

формирование гигиенической культуры у детей и наличие потребности в здоровом образе жизни (знания о витаминах, о правильном питании, о режиме дня и т.д, и т.п.);

активная помощь, заинтересованность родителей в организации работы по укреплению и сохранению здоровья детей.





Утренняя гимнастика



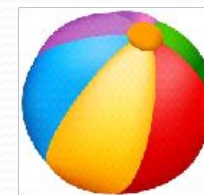
Физкультурные занятия

Ключик к здоровью

Дыхательная гимнастика

Самомассаж

Активный отдых







Здоровый образ жизни в детском саду



Здоровый образ жизни в детском саду



Беседы с детьми о здоровье

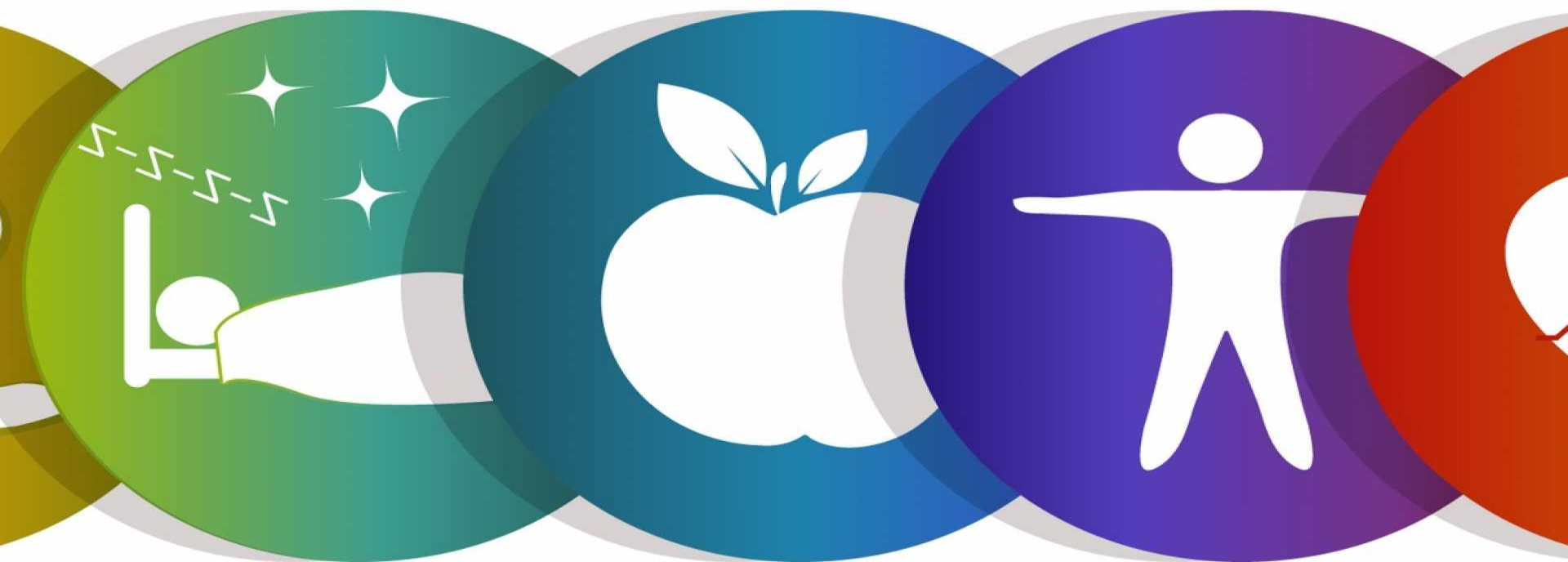
Таблетки растут на грядке

Как организм человека перерабатывает пищу.

Мои помощники.

Полезные продукты.

Значение занятий физкультурой и спортом для сохранения здоровья.



Сюжетно-ролевые игры



Играем в настольные игры



Консультации для родителей

Здоровый образ жизни семьи

Здоровый образ жизни семьи
Благо и развитие и здоровья ребенка начинается с него и зависит от его здорового образа жизни.

Здоровый образ жизни — это:

- Максимальный физический контакт с природой, особенно в теплое время года (походы, поездки на велосипеде)
- Активная игра ребенка дома, на улице, в парке
- Максимальное участие родителей в играх и занятиях ребенка
- Максимальное участие родителей в занятиях ребенка
- Максимальное участие родителей в занятиях ребенка
- Максимальное участие родителей в занятиях ребенка
- Максимальное участие родителей в занятиях ребенка

Здоровый образ жизни семьи

Здоровый образ жизни семьи
Благо и развитие и здоровья ребенка начинается с него и зависит от его здорового образа жизни.

Здоровый образ жизни — это:

- Максимальный физический контакт с природой, особенно в теплое время года (походы, поездки на велосипеде)
- Активная игра ребенка дома, на улице, в парке
- Максимальное участие родителей в играх и занятиях ребенка
- Максимальное участие родителей в занятиях ребенка
- Максимальное участие родителей в занятиях ребенка
- Максимальное участие родителей в занятиях ребенка
- Максимальное участие родителей в занятиях ребенка

Режим ребенка

Режим ребенка
Режим ребенка — это определенный распорядок во времени и пространстве последовательности и очередности исполнения физических, интеллектуальных, коммуникативных действий ребенка, целью которых является обеспечение его физического и психического благополучия.

Режим — это: определенный распорядок во времени и пространстве последовательности и очередности исполнения физических, интеллектуальных, коммуникативных действий ребенка, целью которых является обеспечение его физического и психического благополучия.

Режим ребенка — это определенный распорядок во времени и пространстве последовательности и очередности исполнения физических, интеллектуальных, коммуникативных действий ребенка, целью которых является обеспечение его физического и психического благополучия.

Рациональное питание детей

Рациональное питание детей
Рациональное питание — это определенное количество пищи, обеспечивающее организм ребенка всеми необходимыми питательными веществами и микроэлементами.

Рациональное питание — это определенное количество пищи, обеспечивающее организм ребенка всеми необходимыми питательными веществами и микроэлементами.

Спортивный уголок дома

Спортивный уголок дома
Спортивный уголок дома — это место, где ребенок может заниматься физическими упражнениями, играми, танцами, рисованием, лепкой, аппликацией, вышиванием, вязанием, плетением, оригами, конструированием, рисованием, лепкой, аппликацией, вышиванием, вязанием, плетением, оригами, конструированием.

Закливание

Закливание
Закливание — это способ воздействия на организм ребенка с помощью звуков, ритма, дыхания, запаха, вкуса, цвета, температуры.

Здоровый образ жизни в семье

Здоровый образ жизни в семье
Здоровый образ жизни в семье — это определенный распорядок во времени и пространстве последовательности и очередности исполнения физических, интеллектуальных, коммуникативных действий ребенка, целью которых является обеспечение его физического и психического благополучия.

Спортивный уголок дома

Спортивный уголок дома
Спортивный уголок дома — это место, где ребенок может заниматься физическими упражнениями, играми, танцами, рисованием, лепкой, аппликацией, вышиванием, вязанием, плетением, оригами, конструированием.

Здоровье детей — ценное достояние каждого гражданского общества

Здоровье детей — ценное достояние каждого гражданского общества

Здоровье детей — это определенный распорядок во времени и пространстве последовательности и очередности исполнения физических, интеллектуальных, коммуникативных действий ребенка, целью которых является обеспечение его физического и психического благополучия.

Результаты реализации проекта

- 1. Формирование правил ЗОЖ и ответственного отношения как к собственному здоровью так и здоровью окружающих;**
- 2. Повышение уровня информационно-коммуникационной культуры дошкольников;**
- 3. Развитие положительных эмоций и умения чувствовать свой организм;**
- 4. Совершенствование профилактических и культурно-гигиенических навыков;**
- 5. Формирование потребности в физическом и нравственном самосовершенствовании, в здоровом образе жизни;**
- 6. Взаимодействие с семьей, укрепление детско-родительских отношений.**

Литература

Е.Н. Вавилова «Укрепляйте здоровье детей».

В.П. Спирина «Природные факторы в воспитании дошкольников».

Р.В. Тонкова-Ямпольская «Ради здоровья детей».

В.А. Доскин «Растем здоровыми!».

С.А. Левина «Физкультминутки».

С.Г. Файнберг «Почему ребенок стал нервным».

Р.С. Чиркова «Родительские собрания в детском саду».

В.В. Коноваленко «Артикуляционная, пальчиковая гимнастика и дыхательно-голосовые упражнения».

Т.Н. Зенина «Родительские собрания в детском саду».

Тематический словарь в картинках «Гигиена и здоровье».

Энциклопедия для детей «Тело человека».

Демонстрационный материал: «Чувства и эмоции», «Предметы гигиены», «Части тела», «Летние виды спорта», «Зимние виды спорта»

Информационно-деловое оснащение: «Олимпийские игры. Прошлое и настоящее».

Иллюстрации о спорте, портреты известных спортсменов..