

Презентация проекта:  
«Я здоровье сберегу-сам себе я помогу!»  
МАОУ «Гимназия г. Троицка .»  
В средней группе № 12

Воспитатель :  
Шикова В.Н.

**Тип проекта:** Образовательный, проектно-информационный ,практико-ориентированный.

**Автор проекта:** Шикова В.Н.(воспитатель)

**Участники проекта :** Воспитатель, родители ,дети.

**Проблема:** В последнее время мы замечаем, что дети часто болеют, стали меньше гулять , играть в подвижные игры , больше сидят у телевизора и компьютера , как сохранить и укрепить их здоровье.

**Актуальность:** Воспитание здорового образа жизни-одна из основных задач образования. Здоровье-показатель резервов жизнеспособности человека. Такие резервы формируются в результате воспитания. Поэтому основной причиной частых болезней детей является не только социальные, материальные, экологические, генетические но и нерегулярные занятия спортом .

Современная наука призывает дошкольные образовательные учреждения решать задачу сохранения здоровья детей с помощью организации здоровьесберегающего педагогического процесса, где главную роль играют здоровьесберегающие педагогические технологии , которые позволяют самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения.

**Цель проекта :** Создать необходимые условия воспитания и развития ребенка , направленные на сохранение и укрепление физического и нравственного здоровья детей . Формирование у всех участников проекта мотивации к занятиям физической культурой и спортом, а также потребности в новых знаниях и способах сохранения и укрепления здоровья.

### **Задачи:**

Образовательная область «Здоровье»

Сформировать осознанное отношение к необходимости беречь и укреплять здоровье.

Повысить интерес к занятиям физкультурой и спортом.

Образовательная область «Физическая культура.»

Воспитывать личностные качества: организованность, инициативность, целеустремленность.

Расширить двигательную активность за счет освоения новых движений и упражнений здоровьесберегающих технологий.

Повышать эмоциональное благополучие ребенка за счет проведения спортивных праздников и досугов.

Повысить педагогическую культуру родителей в области формирования, сохранения и укрепления здоровья детей.

Укрепить детско-родительские взаимоотношения путем проведения совместных мероприятий.

Уделять особое внимание пропаганде здорового образа жизни личным примером.

## **Ожидаемый результат:**

- Сформированность осознанной потребности в ведении здорового образа жизни.
- Повышение уровня физических способностей по разделу «Движение»
- Снижение заболеваемости.
- Активные занятия физкультурой и спортом.
- Подвижные игры на свежем воздухе.
- Совместные занятия спортом родителей и детей.
- Активное участие родителей в жизни детского сада.
- Сформированная активная родительская позиция.
- Повышение компетентности родителей в вопросах физического развития и здоровья.

# **Продукт проектной деятельности:**

-Стенгазета «Спорт-залог здоровья.»

Ширма для родителей «Профилактика правильной осанки.»

Папка- передвижка «Профилактика плоскостопия.»

Выставка рисунков на тему: «Зимние виды спорта.»

# Этапы проекта:

## **Подготовительный этап:**

Определение цели и задач проекта. Сбор информационного материала.

Подготовка методической, справочной, энциклопедической литературы по выбранной тематике проекта.

Подбор литературных произведений для чтения, заучивания.

## **Внедренческий этап:**

Взаимодействия с участниками проекта

Формирование здоровьесберегающей компетентности детей среднего возраста.

Консультация для родителей «От чего болеют наши дети?»

Консультация для родителей «Роль семьи в воспитании здорового ребенка»

**Заключительный этап,** проведение итогового мероприятия.

# Основные виды деятельности в рамках проекта.

**Игровая деятельность**-с/р игры «Больница», «Семья».

Драматизация сказки К.Чуковского «Мойдодыр».

П/И «Кто быстрее», «Гуси-гуси», «Кот и мыши»; на свежем воздухе катание с гор, на лыжах, на санках.

**Коммуникация**- Тематические беседы: «Осанка- красивая спина», «Сохрани свое здоровье сам!»

Чтение и пересказ Е. Пермяк «Для чего нужны руки».

Составление правил: «Если хочешь быть здоров-закаляйся».

«Береги слух и зрение».

**Познание** – Беседы на тему «Съедобное- не съедобное». «Витаминные продукты».

**Художественное творчество**- Рисование «Лыжник».

**Аппликация**- «Я катаюсь на коньках».

**Музыкальное развитие**-Слушание песен о спорте.

**Физическое развитие**-Ежедневная утренняя зарядка, зарядка после сна, пальчиковая гимнастика, физкультминутка.

**Физкультурные занятия** -2 раза в неделю.

**Здоровье**-гимнастика для профилактики зрения, дыхательная гимнастика, упражнения для сохранения правильной осанки.

**Художественная литература**-А. Барто «Девочка Чумазая».

Н. Коростелева- «Ласковое солнце», «Свежий ветер».

А. Иванова- «Как Фома зимой купался».

# Работа с родителями

Консультация «Подвижные игры».

Консультация «От чего болеют наши дети.»

Беседа «О здоровом образе жизни.»

Родительское собрание на тему : «Возрастные особенности детей средней группы.»



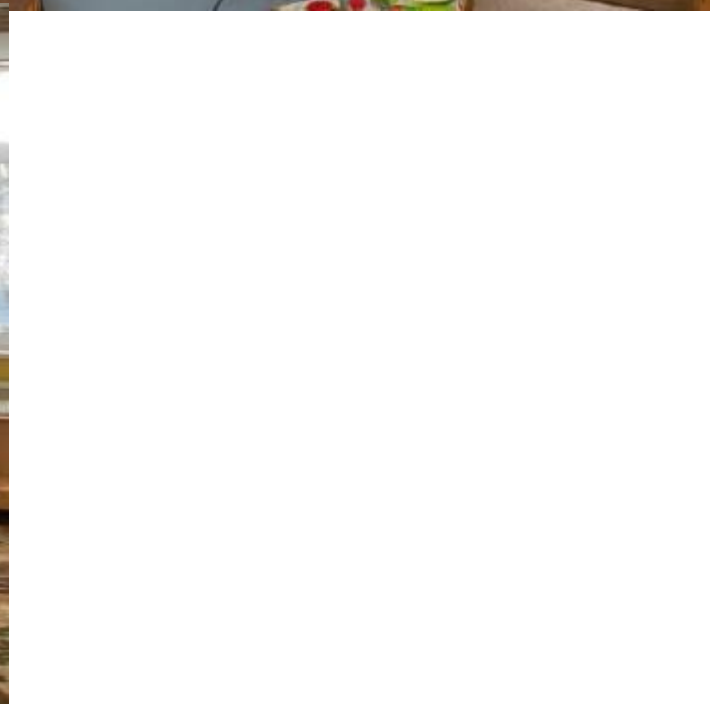
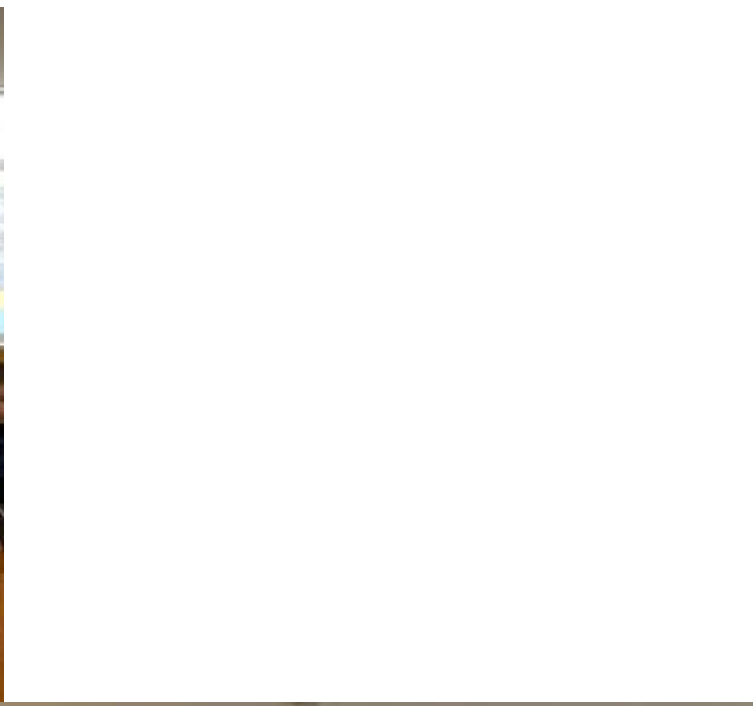
## Использованная литература:

Ковалев Л.Н. Спорт в семейном воспитании детей. 1999г.

Каренова Т. Г. Формирование здорового образа жизни у дошкольников.  
Волгоград-Учитель2000г.

Нечаева А.Б. Семья и спорт. 1998г.

Реймерс Н.Ф. Спорт в современной семье. Дрофа 2004г.

























# Стенгазета

Что такое спорт?  
Спорт - это жизнь,  
Это - любовь, движение,  
Спорт поднимает у всех настроение,  
Спорт приводит всех вверх и вперед,  
Будь здоров, здоровье он всем подарит,  
Все кто активен и кто не ленится,  
Могут со спортом легко подружиться.

## Спорт - это здоровье.

Дорогие родители!  
Обязано не лениться, зубы чистить, фрукты есть,  
Танцы, хоккей, футбол, у нас одно условие есть,  
И вот оно какое?  
Скажем будет вам время заниматься спортом,  
Дайте же вместе начинать!  
Вот наше вам условие!

Ах, как же нам,  
Без вас и сам не смогу  
Вы же на спорт идите,  
Мне станете вы?  
На лыжах покататься,  
Хорошо же!  
И дня не будет целый,  
И на прогулку все дни,  
Ну а зимой чуть дольше,  
Чуть на шаг из школы,  
Ах, как же мне, мамочка,  
Или в море больше дай!



Есть у нас хоккей есть,  
Танцы, хоккей есть,  
По футболу мы играем,  
И дворовый баскетбол.



Человеку нужно спортом заниматься,  
Чтобы играть, кувыркаться,  
Песни петь, дружить, смеяться,  
Чтоб расти и развиваться,  
Ни при чем не болеть!

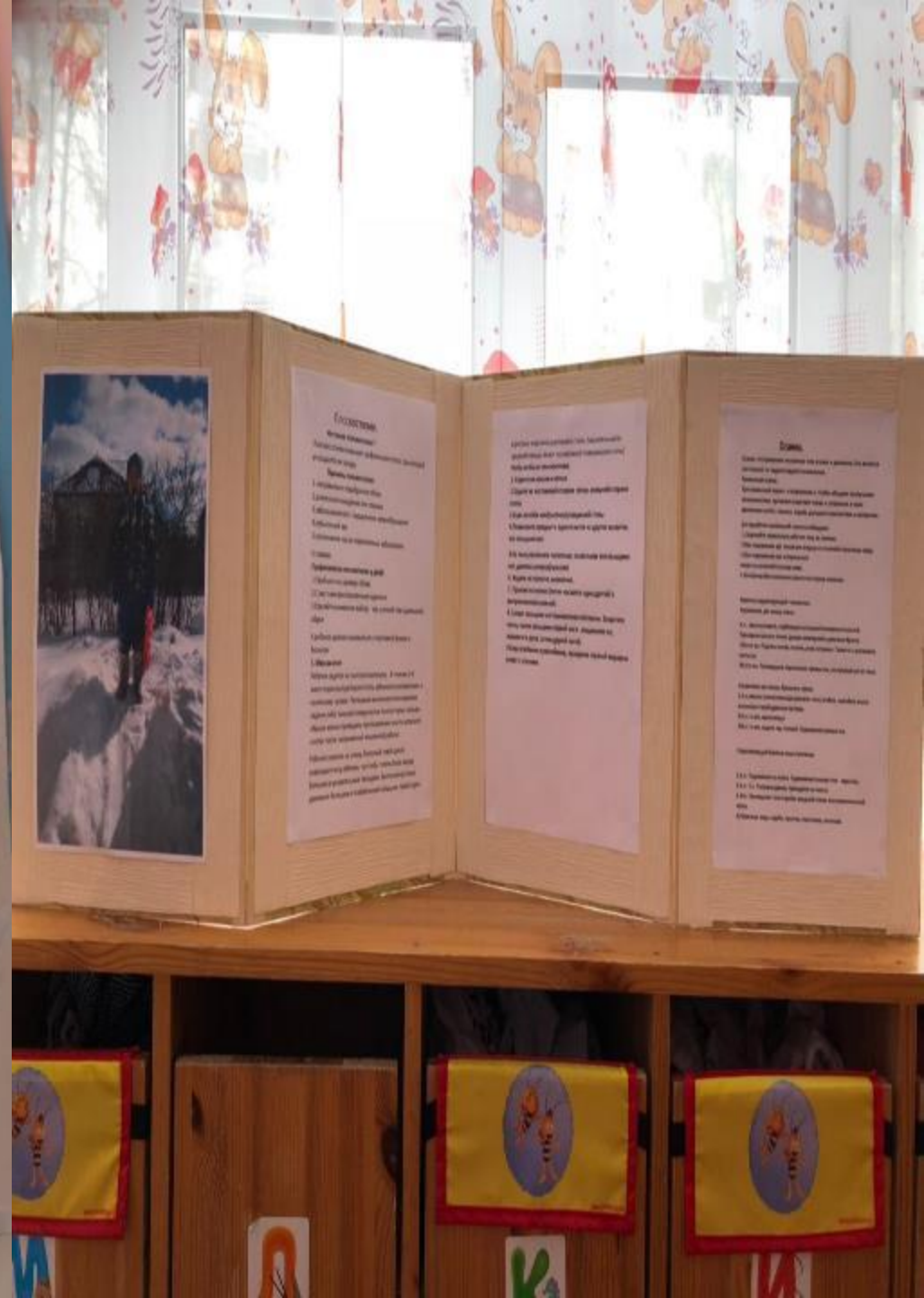
Спорт - это здоровье,  
Спорт - это успех,  
Спорт - это правильно,  
Спорт - это для всех.



Спорт приходит в каждый дом,  
Спорт приходит в каждый дом.



Спорт - это жизнь,  
Это - любовь, движение,  
Спорт поднимает у всех настроение,  
Спорт приводит всех вверх и вперед,  
Будь здоров, здоровье он всем подарит,  
Все кто активен и кто не ленится,  
Могут со спортом легко подружиться.



Спасибо за внимание.