

Муниципальное дошкольное образование МДОУ
«Благоевский детский сад»

Хотим здоровыми расти!



Подготовила: воспитатель
Незамаева Л.Н.

2016 год

- ▶ **Вид проекта:** Информационно - практико-ориентированный.
- ▶ **Участники:** Воспитатели, музыкальный руководитель, родители, дети.
- ▶ **Возраст:** 6 лет.
- ▶ **Срок реализации:** Краткосрочный (неделя «Здоровья»).
- ▶ **Актуальность:** Федеральный Государственный Образовательный Стандарт дошкольного образования направлен на решение множества задач, одной из них является: охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия.

В наш стремительный век новейших технологий, исследований и разработок, проблема сохранения здоровья стоит очень остро. Появилась тенденция к ухудшению здоровья среди подрастающего поколения.

Дошкольный возраст самый благоприятный для укрепления здоровья и воспитания привычек здорового образа жизни. Достичь необходимого уровня интеллектуально – познавательного развития может только здоровый ребенок. Наряду с естественной заботой о здоровье детей необходимо обеспечить и потребность в движениях. Общеизвестно, что двигательная активность в жизнедеятельности человека является важнейшим условием, определяющим его здоровье, физическую и умственную работоспособность, т.е. здоровье и физическое воспитание - взаимосвязанные звенья одной цепи. Движения оказывают всестороннее влияние на организм человека, и это влияние особенно важно для растущего и развивающегося организма.

► **Цель:** Сформировать физически и психически здорового ребёнка.

► **Задачи:**

Образовательные:

- формировать понимание необходимости заботиться о своём здоровье, беречь его, учиться быть здоровыми.

Развивающие:

- развить двигательную активность и положительные эмоции детей.

Воспитательные:

-воспитать у ребенка интерес к здоровью, спорту и желание быть смелым, сильным и выносливым.



► **Интеграция образовательных областей:**

Социально-коммуникативное развитие:

-Сюжетно-ролевая игра: «Поездка на дачу», «Больница», «Магазин»

-Подвижные игры: «Хитрая лиса», «Ровным кругом»

-Дидактические игры: «Польза-вред», «Виды спорта», «Что помогает быть здоровым», «Мой день», «Узнай на вкус», «Третий лишний»

-Театрализованная игра: «Нас излечит, исцелит добрый доктор Айболит»

-Беседа на тему: «Витамины в жизни человека»

-Общение: «Что нужно делать, чтобы быть здоровым», «7 Апреля-Всемирный День Здоровья»

-Труд в уголке природы: Выращивание лука.

-Полоскание горла после приёма пищи.

Цель: : Способствовать сохранению и укреплению своего здоровья.

Познавательное развитие:

-ФЭМП: Интегрированное занятие «Спортивная площадка» Цель: Закрепить количественный и порядковый счёт до 20.

-Познание: «Сохрани своё здоровье сам» Цель: способствовать сохранению и укреплению своего здоровья.

-Коррекционно-развивающее: «Добро и зло» Цель: учить детей различать добро и зло. Побуждать их совершать добрые поступки, влияющие положительно на окружающих.

-Просмотр презентации: «Виды спорта» Цель: Закрепить виды спорта.

-Экскурсия к реке (ОБЖ): Цель: отметить изменение состояния реки.

-Познавательно-исследовательская деятельность: Знакомство с правилами ухода за кожей, зубами, глазами, ушами.

Речевое развитие:

-Кроссворд: «Предметы гигиены»

-Дидактические игры: «Вредные и полезные продукты», «Загадки - отгадки» (о спортивном инвентаре)

-Рассказ по сюжетным картинкам: «Режим дня» Цель: познакомить с рациональным распределением времени на все виды деятельности и отдыха в течении суток.

-Чтение: К. Чуковский «Мойдодыр», Л. Рыжова «Деловой человек», Е. Карганова «Наоборот», С. Михалков «Девочка, которая плохо кушала», Ю.Тувим «Овощи».

-Пословицы и поговорки о здоровье.

Цель: Воспитывать бережное отношение к своему здоровью через чтение детской литературы. Обогащение словаря детей при помощи новых слов.

Художественно- эстетическое развитие

-Рисование: «Мы спортсмены»

-Продуктивная деятельность: «Наше настроение», «Овощи и фрукты- полезные продукты» (солёное тесто).

-Лепка: «Лыжники», «Мы занимаемся спортом»

-Музыка: «Улыбка» муз. В. Шаинского

-Первоапрельское развлечение: «Весёлые вытворяшки»

Цель: Вызвать эмоциональную отзывчивость детей.

Физическое развитие:

- Утренняя разминка: «Хотим здоровыми расти»
- Конкурс на звание «Самый чистый и опрятный»
- Гимнастика после сна
- Физкультурное занятие «Встаём на лыжи»
- Подвижные игры: «Сбей кеглю», «Весёлые спортсмены», «Догони свою пару»
- Трудовая деятельность на прогулке: лепим «Снежные постройки»
- Участие в соревнованиях по лыжным гонкам на 21 «Дне Здоровья»
- Спортивный досуг: «Весёлые старты»

Цель: Способствовать воспитанию у детей потребности к ЗОЖ. Развивать двигательную активность.



► **Взаимодействия с родителями:**

Цель: Знакомить и привлекать родителей с методами оздоровления детей в детском саду и дома.

- Папка передвижка: «Здоровый образ жизни семьи»
- Совместное участие родителей и детей в соревнованиях по лыжным гонкам на XXI «Дне Здоровья»
- Изготовление массажных ковриков «Дорожка здоровья».
- Изготовление своему ребёнку контейнера (от киндеров) с фитонцидом – чеснок.
- Пополнение физкультурного уголка спортивным инвентарём (мячи, скакалки, игра «Боулинг»)



► **Достигнутый результат:** Внедрение проекта позволило сформировать новые знания, умения и навыки у детей, направленные на сохранение и преумножение здоровья. Данный проект позволил развить двигательную активность и положительные эмоции детей. Воспитать у ребенка интерес к спорту и желание быть смелым, сильным и выносливым.

Проведение недели «Здоровья» становится традицией детского сада.

Давайте растить детей здоровыми!



Основные составляющие здорового образа жизни

Рациональное
питание

Режим дня

Закаливание

Физические
занятия

Личная
гигиена

Положительные
эмоции

Витамины присутствуют в нашей пище.



Радуется детвора, время игр пришло, ура!



Мы занимаемся спортом





**Мы проснулись, потянулись,
С боку на бок повернулись.**

**Наиграться мы успели, а
теперь скорей в постели**



Закаливание повышает устойчивость организма к природным факторам.



ЭТОТ КОВРИК ОЧЕНЬ ВАЖНЫЙ, ОН ЛЕЧЕБНЫЙ, ОН МАССАЖНЫЙ.



Я С РЕБЯТАМИ В ИГРЕ ТРЕНИРУЮСЬ ВО ДВОРЕ.



ЧИЩЕ МОЙСЯ – ВОДЫ НЕ БОЙСЯ!



Спортивный досуг «Весёлые старты»



День здоровья 2016



Первоапрельское развлечение «Весёлые вытворяшки»



Спасибо за внимание!!!