
Проект:

« Я здоровье берегу – сам себе
я помогу»



Пичкобий Алла Анатольевна,
воспитатель МБДОУ
«Детский сад № 3»
г. Называевска
Омской области

Проблема:
Как сохранить здоровье?



Цель:

Сохранять и укреплять здоровье.



Задачи:

- Формировать понимание необходимости заботиться о своем здоровье, беречь его, учиться быть здоровым и вести здоровый образ жизни;
 - Прививать любовь к физическим упражнениям, закаливанию;
 - Повышать грамотность родителей в вопросах воспитания и укрепления здоровья дошкольников.
-

Содержание:

- 1.«Если хочешь быть здоров...» (физкультурно-оздоровительная работа, КГН, закаливание).
- 2.«Я такой» (занятия по развитию представлений о мире и о себе).
- 3.«Творческая мастерская» (изодеятельность детей и родителей).
- 4.«На книжной полке» (чтение детской литературы, заучивание стихотворений, потешек).
- 5.«Веселись, детвора!» (оздоровительные досуги, праздники, развлечения, дни здоровья, тематические прогулки, игровая деятельность).
- 6.«Для мам и пап» (информация, фотовыставки, опросы, анкетирование, родительские собрания и др.).



Девиз проекта:

Физическое воспитание – это то, что обеспечивает здоровье и доставляет радость.



В работе с детьми:

Ежедневная профилактическая работа:

- профилактическая гимнастика (дыхательная, улучшение осанки, плоскостопия, зрения);
- гимнастика пробуждения, дорожка «здоровья»;
- воздушное контрастное закаливание.



Тип проекта:

информационно – практико – творческий

Вид:

смешанный

Длительность:

6 месяцев

Участники проекта:

- воспитатель МДБОУ «Детский сад №3» Пичкобий Алла Анатольевна;
 - родители и члены семьи;
 - дети старшей группы.
-

Изучение состояния здоровья детей в группе по четырем основным критериям:

- Наличие или отсутствие заболевания;
- Уровень физического и нервно-психического развития;
- Уровень физиологических систем организма;
- Устойчивость у воздействию вредных факторов среды (в том числе к заболеваниям).

Заполнение «Тетради здоровья» воспитателем группы совместно с медработником МБДОУ.

1. «Если хочешь быть здоров...»



Задачи:

Использование различных методов оздоровления детей в соответствии с возрастом, индивидуальными особенностями детей и пожеланиями родителей.



-
- Опрос родителей «Методы закаливания в старшей группе».
 - Методы закаливания.
 - Перспективное планирование физкультурно-оздоровительной работы в группе на год.
 - КГН (перспективное планирование на год).
-

2. «Я такой»

(занятия по развитию представлений о мире и о себе)

Задачи:

Дать детям представление о себе: о своем теле, о здоровье, о безопасности и эмоциях.

- Планирование занятий.



3. «Творческая мастерская»

(изодеятельность детей и родителей)

Задачи:

Проведение оздоровительной работы с детьми и обогащение развивающей среды в группе при взаимодействии воспитателя, детей и их родителей.

-
- Пополнение уголка ИЗО в группе материалами для изобразительности детей в соответствии с возрастом;
 - Коллективные и индивидуальные работы детей;
 - Создание развивающей среды для развития мелкой моторики рук;
 - Изготовление уголка здоровья для родителей;
 - Планирование занятий по изобразительности (рисование, лепка, аппликация);
 - Творчество родителей по темам: «Я здоров!», «Средства личной гигиены», «Чтобы быть здоровым...» и др.
-



4. «На книжной полке»

(чтение детской литературы,
заучивание стихотворений, потешек)

Задачи:

- ❖ Воспитывать бережное отношение к своему здоровью через чтение детской литературы.
- ❖ Использование русских народных потешек, приговорок, пестушек при умывании, расчесывании и заплетании волос девочкам.
- ❖ Заучить стихотворения о здоровье.



- Чтение детской литературы.
- Заучивание потешек, приговорок, пестушек.
- Заучивание стихотворений.
- Инсценировка по стихотворению Ю. Тувима «Овощи».
- Рассматривание иллюстраций.



5. «Веселись детвора»

Задачи:

- ❖ Воспитывать бережное отношение к своему и чужому здоровью.
- ❖ Развивать двигательную активность детей.
- ❖ Создавать психологический и эмоциональный комфорт в группе.



- Оздоровительные досуги.
- Праздники.
- Развлечения.
- Дни здоровья.
- Тематические прогулки.
- Игровая деятельность:
 - дидактические игры;
 - сюжетно-ролевые игры;
 - подвижные игры;
- Психологические игры.
- Оздоровительные минутки:
 - пальчиковые игры;
 - физкультминутки.



6. «Для мам и пап»

Задачи:

- ❖ Знакомить родителей с методами оздоровления детей в детском саду и дома.
- ❖ Привлекать родителей к работе по оздоровлению детей в детском саду.



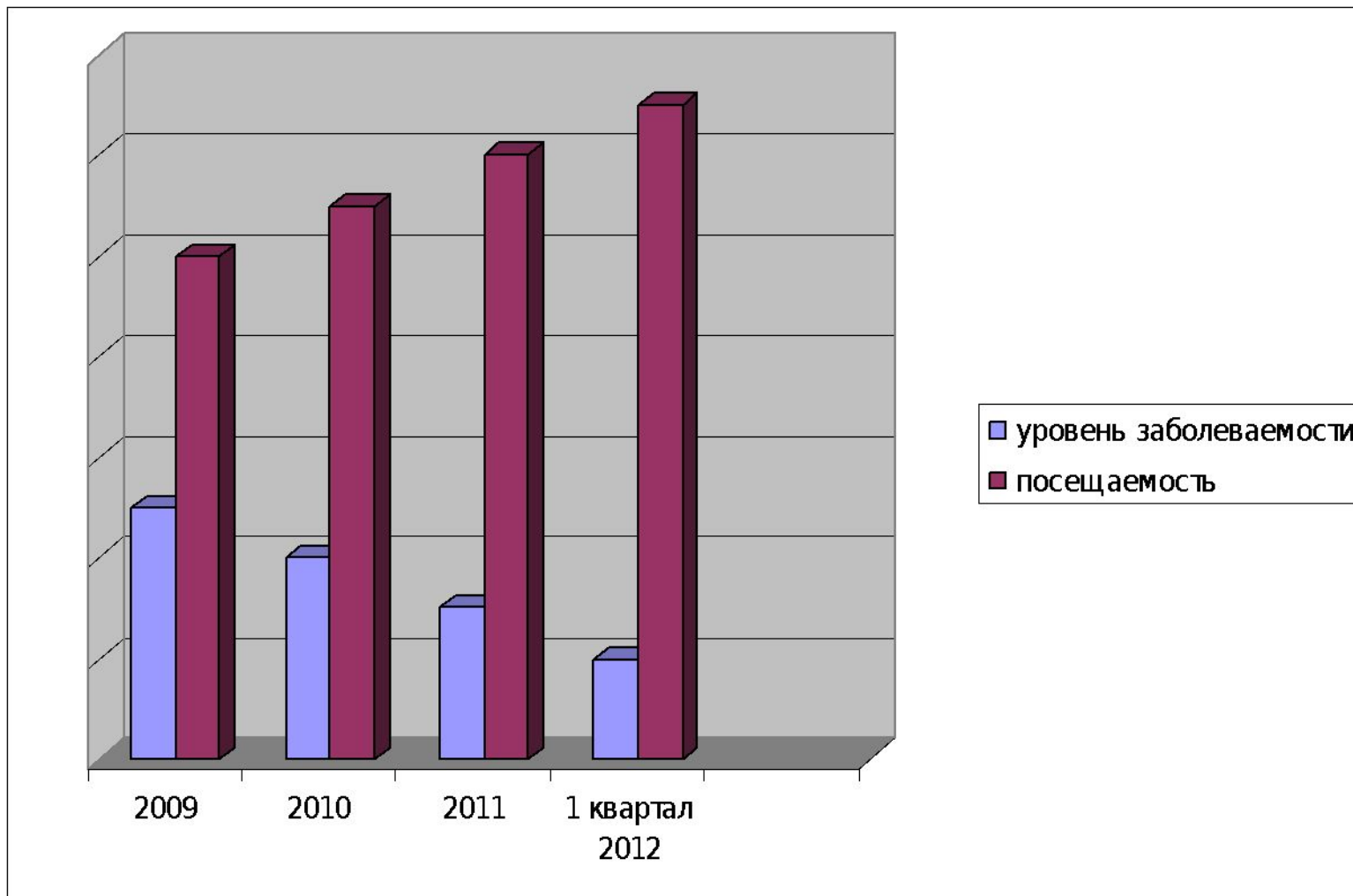
«Забота о здоровье невозможна без постоянной связи с семьей»

В.А.Сухомлинский

- Опросы.
- Информация.
- Фотовыставки: «Мы мороза не боимся», «Моя семья на прогулке».
- Родительские собрания.
- Выставки работ детей.
- Творческая деятельность родителей.



Диагностика



спасибо

за

ВНИМАНИЕ
