A colorful illustration of a village scene. In the background, there are several houses with different colored roofs and walls. In the foreground, a boy is kicking a soccer ball and a girl is riding a bicycle. The text "Проект «Я и МОЕ ЗДОРОВЬЕ»" is written in large red letters across the center.

**Проект
«Я и МОЕ ЗДОРОВЬЕ»**

Краткосрочный (двухнедельный) оздоровительный проект средней группы «Капелька»

Разработчики проекта:
Воспитатели МБДОУ «Детский сад № 7
«Чайка» г.Саки, Республики Крым
Чеченева Е.М.

Участники проекта:
Воспитатели, дети, родители

Актуальная цель: создание благоприятных
условий для воспитания у детей потребности в
здоровом образе жизни.



АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОЕКТА

Проблема ухудшения здоровья дошкольников в последние годы наиболее остро стоит перед современным обществом. У детей отсутствует ценностное отношение к своему здоровью. От здоровья детей зависит их духовная жизнь, умственное развитие, прочность приобретенных знаний. В настоящее время уделяется наибольшее внимание физическому и психическому здоровью дошкольников. Только здоровое поколение может быть создателем своей будущей материальной и духовной жизни.



ЦЕЛЬ ПРОЕКТА:

Обеспечение комплексного подхода к созданию здоровьесберегающей среды, способствующей сохранению и укреплению физического, психического и социального здоровья дошкольников, познавательному и эмоциональному развитию детей, формированию здорового образа жизни.

ЗАДАЧИ ПРОЕКТА:

Формировать навыки здорового образа жизни.

Воспитывать бережное отношение к своему здоровью.

Воспитывать потребность в физическом самосовершенствовании.

Формировать умения адекватно реагировать на изменения окружающей среды, оберегать здоровье, избегать опасности.

Повышать двигательную активность детей в непосредственно образовательной и самостоятельной деятельности средствами здоровьесберегающих технологий.

Заинтересовать и побудить родителей включиться в воспитатель-образовательный процесс по формированию здорового образа жизни.



Паспорт проекта

Участники проекта:

дети среднего дошкольного возраста,
воспитатели, группы, родители

Возраст: дети средней группы 4-5 лет

Вид проекта: практико-ориентированный,
групповой

Продолжительность: краткосрочный (две
недели)



Прогнозируемые результаты:

Укрепление здоровья дошкольников в целом. Приобретение навыков правильного дыхания.

Приобретение навыков самомассажа.

Развитие физических качеств.

Ознакомление родителей с правилами здорового образа жизни.

Воспитание у детей культуры здорового образа жизни.

Повышение интереса к занятиям физической культурой.

Формирование у детей и родителей вести здоровый образ жизни.

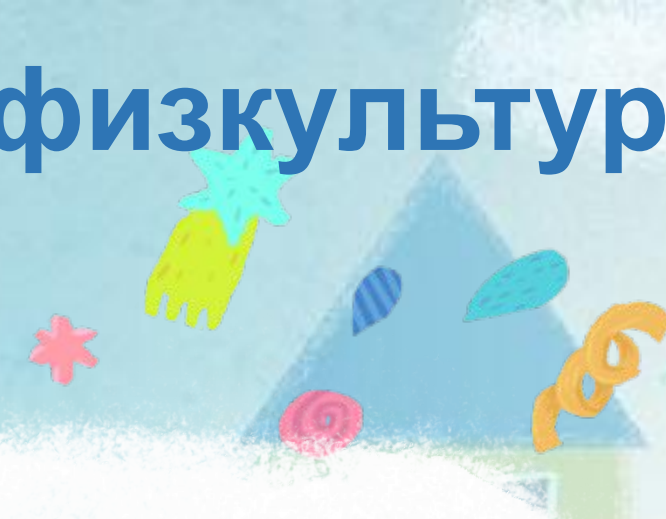
Расширение кругозора детей о своем здоровье средствами художественной литературы.



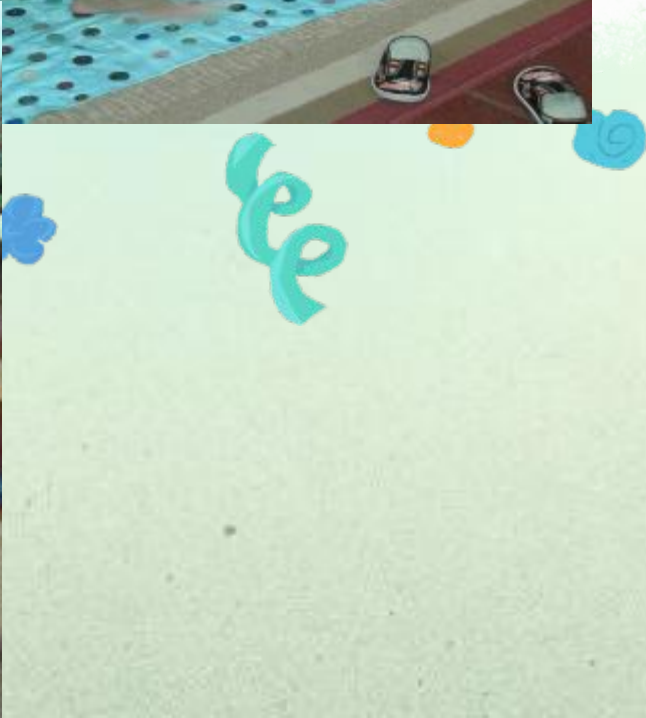
Пути реализации проекта

тематические непосредственная образовательная деятельность («Моя спортивная семья», «Мы физкультурники»);
мониторинговые процедуры (анкетирование родителей);
Беседы «О пользе овощей», «Что нужно чтобы быть здоровым»;
игры, эстафеты – подвижные игры, хороводные игры, пальчиковые гимнастики, эстафеты «Собери овощи и фрукты», «Перенеси предметы»;
консультации для родителей «Здоровый образ жизни в семье», «Звукогимнастика, как способ оздоровления»;
обучение правилам самомассажа;
использование нетрадиционных оздоровительных технологий (звукогимнастика, психогимнастические этюды и игры);
чтение художественной литературы «Мойдодыр», «Что такое хорошо, что такое плохо», разучивание стихов, пословиц о здоровье;
оформление папок передвижек для родителей «Здоровый образ жизни», уголка для родителей «Будьте здоровы»;
инсценировка литературных произведений.

Тематические НОД, физкультурные



Обучение навыкам самомасса



Двигательная активность детей в



Наглядная информация для родителей



Результаты анкетирования родителей

84% респондентов занимаются физкультурой и спортом и 92 % имеют дома спортивные снаряды;

у 84% дома для детей установлен режим дня, который они соблюдают;

61% родителей ежедневно совместно с детьми выполняют дома утреннюю гимнастику;

46% родителей знакомы с основными правилами закаливания;

70% родителей отметили, что одним из видов деятельности детей дома являются компьютерные игры или просмотр телепередач;

54% опрошенных отметили, что ежедневно гуляют после детского сада всей семьей.