МАОУ СОШ №2 пгт Серышево структурное подразделение детский сад №3

«Я расту здоровым»

Проект выполнила:
воспитатель высшей категории
Галочкина Елена Николаевна

2017 г

Актуальность проекта

- В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребенка, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а также необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни.
- Воспитание ценностного отношения к здоровью, пропаганда ЗОЖ и оздоровление воспитанников

Цель проекта:

- Сформировать у детей основы здорового образа жизни, добиваться осознанного выполнения правил здоровьесбережения и ответственного отношения, как к собственному здоровью, так и здоровью окружающих.

Задачи:

- Продолжать формировать у детей позиции признания ценности здоровья, чувство ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья.
- Расширять знания и навыки по гигиенической культуре. Воспитывать привычку сохранять правильную осанку.
- Закреплять знания о здоровых и вредных продуктах питания.
- Расширять знания о влиянии закаливания на здоровье человека.
- Сплочение детей и родителей, родителей и педагогов в процессе активного сотрудничества в ходе реализации проекта.

Предполагаемые результаты:

Для детей:

- Повышение эмоционального, психологического, физического благополучия;
- Формирование гигиенической культуры;
- Улучшение соматических показателей здоровья;
- Наличие потребности в здоровом образе жизни и возможностей его обеспечения.

Для родителей:

Сохранение и укрепление здоровья детей;

Педагогическая, психологическая помощь;

Повышение уровня комфортности.

Для педагогов:

- Повышение теоретического уровня и профессионализма педагогов;
- Внедрение оздоровительных технологий, современных форм и новых методов работы по формированию здорового образа жизни у дошкольников;
- Личностный и профессиональный рост;
- Самореализация;
- Моральное удовлетворение.

Реализация проекта: 2октября - 12 октября

Тип проекта: краткосрочный;

Вид проекта: физкультурно-оздоровительный;

Участники проекта: дети, воспитатели, инструктор по физической культуре, родители старшей группы №5 «Цветик-семицветик»

Формы работы с детьми:

- НОД познавательного цикла, чтение художественной литературы, рассматривание энциклопедий, просмотр презентаций по теме;
- НОД продуктивной деятельности: конструирование, аппликация, рисование;
- Игровая деятельность: подвижные, дидактические игры, игровые и проблемные ситуации;
- Итоговое мероприятие «День здоровья»

Ресурсное обеспечение проекта:

1.Центр двигательной активности в группе;
2. Спортивный зал;
3. Спортивный участок на территории детского сада.
7. Физкультурное оборудование и спортивный инвентарь.
8. Методический инструментарий (картотека подвижных игр, просыпалок, гимнастики пробуждения, схемы бесед, занятий, сценарий спортивного развлечения и т.д.).
9. Подборка методической литературы “Физическая культура и оздоровление детей дошкольного возраста”.
10. «Дорожка здоровья» (профилактика плоскостопия)
11. «Сухой душ» и т.д.

Этапы работы над проектом:

I этап - Подготовительный

Изучение литературы, программ по здоровьесбережению, опыт работы детских садов из разных городов России.

II этап - Основной

Запуск и апробация различных форм работы по здоровьесбережению с детьми и родителями.

III этап - Обобщающий

Подведение итогов реализации проекта, опрос удовлетворенности родителей и педагогов.

Продукт проектной деятельности:

1. Тематический план недели «Я расту здоровым»
2. Подборка дидактических и подвижных игр;
3. Фотовыставка «Здоровым быть здорово!»;
4. Выставка рисунков «Возрасты тела»;
5. Презентация «Мы здоровью скажем – ДА!»
6. Информационный материал в родительском уголке «Здоровый ребёнок»;
7. Вебинар «Реализация ФГОС ДО. Формирование культуры здорового питания у детей и их родителей в ДОО»
8. Итоговое мероприятие «День здоровья»

Полученный результат реализации проекта:

Сплочение детей и родителей, родителей и педагогов в процессе активного сотрудничества в ходе реализации проекта.

Получение детьми знаний о ЗОЖ.

Повышение эмоционального, психологического, физического благополучия;
Сформированность гигиенической культуры;
Улучшение соматических показателей здоровья;
Моральное удовлетворение.

Тема дня: «Где прячется здоровье» -понедельник-

Задачи:

*Продолжать формировать интерес к собственному организму, самочувствию, связанному с состоянием здоровья.

*Удовлетворить потребность детей в двигательной активности.

*Развивать быстроту бега, ловкость, внимательность.

*Закрепить знание правил дорожного движения – значение трёх цветов светофора.

*Обратить внимание родителей на то, что по сезону и погоде одетый ребёнок в меньшей степени подвержен простудным заболеваниям

Мероприятия:

*Утренняя гимнастика «В гости к солнышку»;

*Беседа «Что такое здоровье и как его приумножить», «Руки с мылом надо мыть, чтоб здоровенькими быть»;

*Сюжетно – ролевая игра «Стадион»

*Дидактическая игра «Кирпичики здоровья»;

*Чтение: А.Болюбаш «Стихи о здоровье для детей», С. Семёнов «Как стать Неболейкой», А.Бах «Надо спортом заниматься»;

*Продуктивная деятельность: рисование карандашами по стихотворению А. Барто «Девочка чумазая» ;

*Прогулка: игры с бегом «Быстро возьми, быстро положи», игры с прыжками «Лягушка и цапли», «Кто дальше прыгнет», игры с бросанием и ловлей «Кого назвали, тот и ловит»;

Вторая половина дня:

«Сухой душ»

*Беседа «Правила поведения на улице»;

* Дидактическая игра: «Светофор»

Работа с родителями:

оформление папки – передвижки «Здоровый ребёнок».

Тема дня: «Здоровые зубки» -вторник-

Задачи:

*Объяснить детям причину болезни зубов;
*Формировать привычку чистить зубы, полоскать рот после еды;
*Приучать ребёнка быть внимательным к себе и состоянию своих зубов;
*Развивать у детей координацию движений, силу, ловкость, выносливость;
*Обратить внимание родителей на занятие спортом в их семье – стадион, бассейн, каток и т. д .

Мероприятия:

*Утренняя гимнастика «В гости к солнышку»;
*Беседа «Здоровые зубки», «Режим дня»;
*Чтение х/литературы: «Сказка о зубной щётке», «Кари и Ес», «Сказка про лекарственные растения»;
* Дидактическая игра: «Что вредно, а что полезно для зубов»;
*Продуктивная деятельность: рисование красками «Дети в спортивном зале»;
*Прогулка: Игры – эстафеты «Перенеси лекарства, «Займи место в обруче», «Сбей мяч», «Сбор снежков»

Вторая половина дня:

«Дорожка здоровья» - профилактика плоскостопия

Игры в спортивном зале: «Передай флаг», «»Гори-гори, ясно», «Веселый бубен»; «Топни, хлопни, повернись»;

Работа с родителями:

Индивидуальная беседа «Роль спорта в семейном воспитании»;

Тема дня: «Мойдодыр» -среда-

Задачи:

*Формирование у детей представлений о правилах личной гигиены;

*Дать детям элементарные представления об инфекционных заболеваниях и их возбудителях (микробы и вирусы);

Мероприятия:

* Утренняя гимнастика «В гости к солнышку»;

*Беседа «Микробы и вирусы», «Расту здоровым»;

* Дидактическая игра «Предметы личной гигиены», «Части тела»;

*Чтение: потешки, стихи, загадки «ЗОЖ»

*Пальчиковая гимнастика «Моем руки чисто – чисто;

*Продуктивная деятельность:

Изготовление шапочек к подвижной игре «Микробы и чистюли»;

Прогулка:

Подвижные игры:

«Поймай хвостик». «Поймай комара», «Прятки», «Микробы и чистюли»;

Вторая половина дня:

Просмотр мультфильма «Мойдодыр»

Работа с родителями:

Выставка рисунков «Возрасты тела» (мальчик – мужчина – дедушка), (девочка – женщина – бабушка) – совместное творчество.

Тема дня: «Здоровое питание. Витамины» -четверг-

Задачи:

*Расширять и уточнять знания детей о наличии витаминов во фруктах и овощах;
*Создать условия для формирования у детей представлений о полезных продуктах на нашем столе;
*Способствовать созданию мотивации у детей и родителей на формирование здорового образа жизни

Мероприятия:

* Утренняя гимнастика «В гости к солнышку»;
*Беседа «Витамины и полезные продукты»;
*Разучивание стихов, загадок, потешек ;
* Сюжетно-ролевая игра «Магазин полезных продуктов питания»
*Экспериментальная деятельность: «Волшебник – шиповник»;
* Дидактическая игра «Что полезно кушать, а что вредно»,
*Прогулка «Витаминная семья» - эстафета»

Вторая половина дня:

Гимнастика после сна с самомассажем «Витаминная разминка»
«Фитобар»;
*Дидактическая игра «Полезная и вредная еда», «Здоровая пища»;

Работа с родителями:

Папка-раскладка «Формирование культуры здорового питания у детей и их родителей в ДОО»

Тема дня: «Со спортом дружим мы всегда»
-пятница-

Задачи:

- Формировать устойчивую привычку к режиму двигательной активности, интереса и потребности к физическому самосовершенствованию;
- *Воспитывать желание добиваться успехов в спортивных состязаниях, различных соревнованиях;
- *Познакомить родителей с итогами прошедшей неделей здоровья (стенгазета о событиях недели здоровья);

Мероприятия:

* Утренняя гимнастика «В гости к солнышку»;
* Беседа «Для чего нужна зарядка?», «Значение ЗОЖ для здоровья человека»;
*Рассматривание иллюстраций о различных видах спорта;
* Разучивание речевки «Спорт, ребята, очень нужен.
Мы со спортом крепко дружим»

- Продуктивная деятельность: аппликация - изготовление альбома
- «Зимние виды спорта»;

* Презентация «Мы здоровью скажем – да!»
*Прогулка: подвижные игры «Кролики»; «По ровненькой дорожке»; «Бегите к флажку»» «Попади в круг»;

Вторая половина дня:

«Спина – зеркало здоровья, осанка – красивый, внешний вид» – видеоурок (теория и практика)
Сюжетно – ролевая игра «Физкультурное занятие»;
Игры-эстафеты с мячом
Работа с родителями: Фотовыставка «Здоровым быть здорово»

Центр двигательной активности в группе

Наборы кеглей, обруч, скакалки, ленточки, в корзине – мячи разного размера (резиновые, пластмассовые, массажные), бубен, кольцо для метания мяча, наборы для игр «Городки», «Теннис». Массажные коврики для профилактики плоскостопия, демонстрационный материал, мешочки, набитые горохом для метания, гантели.

Закаливающие процедуры:
«Дорожка Здоровья», «Сухой душ».
Су-Джок терапия.

Работа с родителями

ИЗДАТЕЛЬСТВО «УЧИТЕЛЬ»

СЕРТИФИКАТ

№ 1151719/224756

участника Всероссийского вебинара

«Реализация ФГОС ДО. Формирование культуры здорового питания у детей и их родителей в ДОО»

ГАЛОЧКИНА ЕЛЕНА НИКОЛАЕВНА

воспитатель

МАОУ СОШ №2 структурное подразделение детский сад №3

(2 часа)

Генеральный директор

Л. Е. Гринин

01 ноября 2017

Береги своё здоровье!

День здоровья

- Утренняя гимнастика «Мы с Простудою не дружим»

- Прогулка «Школа мяча»

- Развлечение «Доктор Айболит в гостях у ребят»

- Добро пожаловать на дегустацию фруктового салата!

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.

Спасибо за внимание!