

Проект "Здоровье - это здорово!"

## **Основным содержанием проекта**

является формирование у ребенка

осознанно-правильного отношения к своему здоровью.

Оно формируется через применение здоровьесберегающих технологий,

с которыми он знакомится в дошкольном детстве.

### **Проект предполагает**

- систематическую разноплановую работу, использование творческих форм и методов обучения и воспитания детей, а также активные формы организации обучения педагогов, просвещения родителей по данной проблеме.

### **Цель проекта:**

создание необходимых условий, направленных

на создание здоровьесберегающего образовательного пространства,

способствующего формированию мотивации

всех участников образовательного процесса

на здоровый образ жизни, обучению средствам и методам

использования возможностей своего организма

для поддержания здоровья и развития личности,

умение трансформировать в профессиональной деятельности

условия для сохранения и укрепления здоровья детей

на основе традиций детского сада и современного опыта педагогов, родителей.

# Задачи проекта:

- - охрана жизни и здоровья детей, создание безопасных условий пребывания в ДОУ;
- - обеспечение оптимального уровня физической подготовленности ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями и потребностью в двигательной активности;
- - повышение сопротивляемости и защитных свойств организма ребенка, профилактика заболеваний;
- - воспитание у дошкольников потребности в здоровом образе жизни;
- - повышение уровня компетентности и профессионализма педагогов и родителей по вопросу здоровьесбережения.

# Основные направления реализации проекта:

- воспитательно – оздоровительное;
- лечебно – профилактическое;
- коррекционно – педагогическое;

Проект реализуется через следующие разделы:  
совершенствование материально – технической базы ДОУ  
работа с детьми  
работа с педагогами  
работа с родителями

## Что же такое здоровье?

Обратимся к «Словарю русского языка» С.И. Ожегова:  
**«Правильная, нормальная деятельность организма».**  
В Уставе Всемирной Организации Здравоохранения (ВОЗ)  
говорится,  
что **здоровье** – **это не только отсутствие болезней  
или физических дефектов,  
но и полное физическое,  
психическое и социальное благополучие**

Но важно понимать, что забота о здоровье  
наших детей сегодня – это полноценный трудовой потенциал  
нашей страны в ближайшем будущем.

**Дошкольный возраст**  
**и является решающим этапом**  
**в формировании фундамента**  
**физического и психического здоровья ребенка.**  
*В этот период идет интенсивное развитие органов  
и становление функциональных систем организма*

**В настоящее время** в педагогике возникло особое направление: “педагогика оздоровления”, в основе которой лежат представления о развитии здорового ребёнка, здорового духовно и физически.

**Цель педагогики оздоровления:**  
сформировать у дошкольников основы здорового образа жизни и добиться осознанного выполнения элементарных правил здоровьесбережения

### **Основная задача детского сада**

- подготовить ребенка к самостоятельной жизни, дав ему для этого необходимые умения, навыки, воспитав определенные привычки.

## Работа с детьми:

**Непосредственно-образовательная деятельность по образовательной области «Физическая культура»;**

**Беседы:** «Как живет мое тело», «Внутренняя кухня человека»,  
«Как стать Геркулесом»,  
«От простой воды и мыла, у микробов тают силы»,  
«Шаги воздуха в организме»...;  
Познавательное чтение «Букварь здоровья»,  
«Разговор о правильном питании», «Уроки Знайки. Воспитаю себя»;

**Выставки детских рисунков:** «Дети и спорт»,  
«Чтобы не было беды, осторожны я и ты»;

**Дидактические игры** «Собери фигуру человека», «Пирамида здоровья»,  
«Удивительное лицо», «Вредно - полезно»;

**Фотовыставка** «Мы растем здоровыми»

## **Работа с педагогами:**

### **Педагогические чтения на тему:**

1. «Организация работы по развитию физической активности дошкольников и формированию потребности в здоровом образе жизни»,
2. Семинар-практикум
3. «Здоровьесберегающие технологии в педагогическом процессе ДОУ»

### **Практическая ценность проекта:**

Создание картотеки пальчиковых игр

с учетом возрастных особенностей детей;

Создание информационной копилки (консультации) с целью обогащения опыта родителей и педагогов по развитию и укреплению психофизического здоровья дошкольника через совершенствование системы воспитания и формирования навыков ведения здорового образа жизни;

Разработка картотеки прогулок, утренней гимнастики,

динамического часа с учетом возрастных особенностей детей;

Разработка картотеки подвижных игр с учетом возрастных особенностей детей;

Выпуск сборника «Секреты здорового питания»;

Оформление бюллетеня «Забота о здоровье детей – дело общее»;

Разработка и выпуск конспектов бесед, деловых игр по валеологии.



## Работа с родителями:

- Анкетирование родителей «Семья в информационном поле ДООУ»;
- Консультации для родителей: «Гигиена одежды», «Закаливание, или первый шаг на пути к здоровью», «Роль семьи в сохранении и укреплении здоровья детей» «Здоровье. Безопасность Развитие» «Роль дыхательной гимнастики в оздоровлении детей»;
- Спортивный праздник « Папа, мама, я спортивная семья» «В здоровом теле – здоровый дух», «Всей семьей в турпоход»;
- Конкурс среди родителей воспитанников на лучшую сказку по соблюдению правил гигиены;
- Открытые просмотры режимных моментов: динамический час, утренняя гимнастика;
- Деловая игра «Пути расширения физических способностей у детей»;
- Выпуск сборника «Секреты здорового питания»;
- Составление совместно с детьми сказок по соблюдению правил гигиены «Путешествие королевы Зубной щетки», «Сказка про носовой платочек»;
- Памятка для родителей «В здоровом теле - здоровый дух!»;
- Оформление бюллетеня «Забота о здоровье детей дело общее»