

Проект по формированию здорового образа жизни «Неделя здоровья»

Нигаматуллина З.И.

Название проекта: «Неделя здоровья».

Тип проекта: краткосрочный- недельный.

Вид проекта: практико - ориентированный.

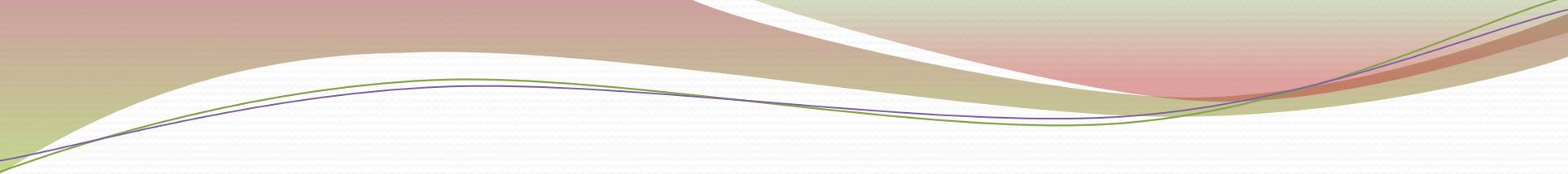
Срок реализации: 9-13 января 2017 года.

Участники проекта: воспитатели, музыкальный руководитель, воспитанники подготовительной к школе группы, родители.

Актуальность проекта

Самой актуальной проблемой на сегодняшний день является сохранение и укрепление здоровья детей. Здоровье рассматривается как физическое, психическое и социальное благополучие, как гармоничное состояние организма, которое позволяет человеку быть активным в своей жизни, добиваться успехов в различной деятельности. Для достижения гармонии с природой, самим собой необходимо учиться заботиться о своем здоровье с детства. Очень важным на сегодняшний день является формирование у детей дошкольного возраста убеждений в необходимости сохранения своего здоровья и укрепления его посредством здоровьесберегающих технологий и приобщения к здоровому образу жизни.

Неделя здоровья – это форма активного отдыха детей, когда отменяются все виды занятий, режим дня наполняется разными играми, упражнениями, увеличивается время пребывания детей на свежем воздухе, Подготовка к проведению недели здоровья осуществляется в процессе всей учебно-воспитательной работы с детьми, которая включает: чтение книг, просмотр иллюстраций, видеофильмов о спорте и спортсменах, картинки зимние и летние виды спорта и т.д.



Цель проекта:

Формирование потребности в здоровом образе
жизни.

Задачи.

Образовательные:

- Изучить детскую спортивную литературу, обогатить знания о детских спортивных атрибутах и пособиях;
- изготовить нестандартное оборудование из бросового материала своими руками для пополнения предметно-развивающей среды и использование в ООД, в физкультурных досугах:
- формировать навык правильной осанки;
- разучить комплекс ОРУ с гимнастическими палками;

Развивающие:

- развивать и совершенствовать основные физические качества, двигательные умения и навыки;
- способствовать развитию мелкой моторики, правильной речи, правильного дыхания;
- развивать интерес к физической культуре;
- формировать у детей потребность к здоровому образу жизни;
- повысить педагогическую компетентность родителей по вопросам укрепления здоровья детей.

Воспитательные:

- формировать у детей в процессе игры дружелюбие, доброжелательность;
- Содействовать развитию положительных эмоций, умения общаться со сверстниками, взаимопонимания и сопереживания.

Обогащение словаря: утренняя гимнастика, пальчиковая гимнастика, физкультурная минутка, подвижные игры, спортивные игры, эстафета, соревнование, зимние виды спорта..

Ресурсное обеспечение проекта:

Массажные коврики, картинки, наглядный материал (книги и иллюстрации), физкультурное оборудование и инвентарь.

Методы, использованные в ходе исследования:

наглядные

словесные

практические

Ожидаемые результаты:

Для детей:

- ответственное отношение к качественному выполнению основных движений; развитие активности, самостоятельности; воспитание осознанного отношения к занятиям физической культуры, самореализация.

- приобретение детьми основ здорового образа жизни.

- обогащение знаний о видах спорта, о спортивном оборудовании и их применении;

Для воспитателей:

- обогащение знаний в вопросах выполнения своих обязанностей в процессе ООД по физическому развитию.

Для родителей:

- Возникнет желание больше времени уделять совместным с детьми мероприятиям, направленным на сохранение и укрепление здоровья семьи.

- получение консультаций по вопросам формирования ЗОЖ

Этапы реализации проекта

I этап - подготовительный

1. Изучение литературы по организации проекта
2. Подбор литературы, игры, иллюстраций.
3. Консультация «Роль родителей в укреплении здоровья детей и приобщение их к здоровому образу жизни».
4. Подготовка консультации «Роль воспитателя в процессе организованной образовательной деятельности по физической культуре

II этап - основной

Утренняя гимнастика – ежедневно под музыкальное сопровождение с гимнастическими палками

Гимнастика после сна, ходьба по массажным коврикам – до и после сна

Беседы о пользе утренней гимнастики, о видах спорта, о здоровом образе жизни.

Рисование – спортивный инвентарь для игр и развлечений.

Организованная образовательная деятельность - 2 раза в неделю в зале и 1 раз на спортивной площадке.

ООД «Физическая культура»: подвижные игры - развивать интерес к ним, желание принимать в них участие, ОРУ с гимнастическими палками, упражнения на тренажерах, катание на санках, метание снежков в цель.

П/и «Кто дальше бросит?» «Два мороза»,

Конструирование: изготовление нестандартного оборудования («Скакалка из крышек», «Массажеры», «Моталочки», «Дыхательный тренажер»)

III – заключительный

Итоговое мероприятие «Недели здоровья»– физкультурный досуг «Быстрого и ловкого болезнь не догонит».

Работа с воспитателями

консультация



Ежедневная работа

Утренняя гимнастика



Ходьба по массажным коврикам



Беседа о пользе утренней гимнастики, о видах спорта, о здоровом образе жизни

Совместное рисование

Мой спортивный инвентарь



Катание на санках



Игры на свежем воздухе



здоровьем»



Нестандартное физкультурное оборудование своими руками

«Мешочки для метания»

«Флажки», «Цветные
ленточки»



«Скакалка из крышек»,
«Массажеры»



Нестандартное физкультурное оборудование своими руками

«Массажеры»



«Моталочка»



Нестандартное физкультурное оборудование своими руками

«Дыхательный тренажер»



Процесс изготовления



Работа с родителями

Консультации, беседы, рекомендации (в форме папки-передвижки, буклетов и т.д.)



Спортивный уголок и оборудование физкультурного зала

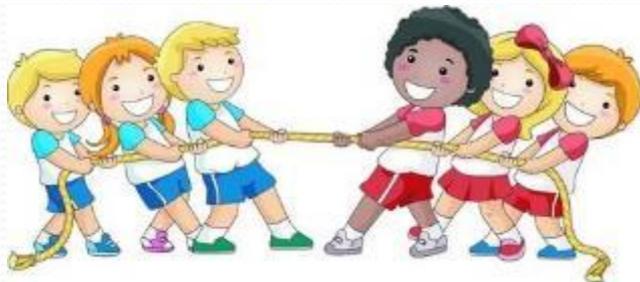


Итоговое мероприятие «Быстрого и ловкого болезнь не догонит»

Цель: формировать у детей потребность к здоровому образу жизни, приобщение детей к физкультуре и спорту, развитие быстроты, ловкости, координации движений.

Задачи:

- Сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей
- Формировать у детей потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании. Закреплять двигательные умения, полученные на физической культуре (подлезание под дугой, в тоннель; прыжки с продвижением вперед с места; бег с мячом).
- Формировать осторожное и осмотрительное поведение во время выполнения игр и эстафет.
- Формировать желание оказывать помощь в уборке и расстановке оборудования.
- Вызвать у детей положительный эмоциональный отклик на игры – эстафеты.
- Прививать любовь к физической культуре.
- В игровой форме развивать ловкость, быстроту, выносливость.
- Воспитывать организованность, самостоятельность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками, соблюдать правила в играх.



Результаты проекта:

Для детей:

- ответственное отношение к качественному выполнению основных движений; развитие активности, самостоятельности; воспитание осознанного отношения к занятиям физической культуры, самореализация.
- приобретение детьми основ здорового образа жизни.
- обогащение знаний о видах спорта, о спортивном оборудовании и их применении;

Для воспитателей:

обогащение знаний в вопросах выполнения своих обязанностей в процессе ООД по физическому развитию.

Для родителей:

- получение консультаций по вопросам формирования ЗОЖ.
- активное включение родителей в работу по сохранению и укреплению здоровья детей.

Нестандартное физкультурное оборудование своими руками

«Массажеры»



«Моталочка»



Нестандартное физкультурное оборудование своими руками

«Дыхательный тренажер»



«Скакалка»

