

Проект «Неделя здоровья»

(путешествие по стране здоровья)

Актуальная тема во все времена – это состояние здоровья подрастающего поколения – важнейший показатель благополучия общества и государства, дающий точный прогноз на будущее.

Представление о здоровье как триединстве здоровья физического, психического (душевного) и духовно-нравственного отражает невозможность сохранить и укрепить здоровье, заботясь только о физическом или только о душевном благополучии, необходимость комплексного подхода.

В последнее время наметилась тенденция к ухудшению здоровья детского населения. Основными причинами ухудшения здоровья являются дефицит двигательной активности детей, детские стрессы, вызванные недостатком положительных эмоций у ребенка, излишним шумом и нервозностью в детских учреждениях, заорганизованностью педагогического процесса, отсутствие гибких режимов, раннее обучение.

1. Название проекта «Неделя здоровья» (путешествие по стране здоровья).
2. Руководитель проекта – инструктор по физическому воспитанию Потолицына Т.В.
3. Участники проекта – дети младшей, средней, старшей, подготовительной групп, педагоги, родители МБДОУ д/с №61 «Тропинка».
4. Главная идея проекта – в соответствии с требованиями ФГОС создать благоприятные условия для развития здорового образа жизни детей.
5. Сроки проведения – краткосрочный.

Планирование проекта.

Цели проекта:

1. Создать организационные и методические условия для проведения «Недели здоровья» для детей, родителей и сотрудников д/с.
2. Обеспечить детей необходимой информацией для формирования собственных стратегий, позволяющих сохранять и укреплять здоровье.
3. Расширить и разнообразить взаимодействие детского сада, родителей и общества в контексте укрепления здоровья.

Интеграция образовательных областей:

«Физическое развитие», «Социально – коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно – эстетическое развитие». Разделы, направляющие проект – самопознание через ощущение, чувства и образ.

Задачи проекта:

1. Совершенствовать уровень физической подготовленности у детей.
2. Воспитывать мотивацию здорового образа жизни всех участников проекта.
3. Вовлечь родителей и сотрудников детского сада в активную работу по реализации данного проекта.
4. Обеспечить психологический комфорт, эмоциональное настроение всех участников проекта.

Этапы работы над проектом:

1. Подготовительный.

Выявление проблемы: сбор информации, общение, беседы. Приглашение к проекту. Подготовка методического, демонстрационного материала, оборудования.

Формирование проблемы и определение задач; анкетирование родителей: «Ведете ли Вы здоровый образ жизни?».

Анализ состояния оборудования физкультурного зала, физкультурных уголков в группах, дома и наличие спортивного инвентаря.

Изучение методической литературы по данной теме.

2 Основной этап

Создание алгоритма проекта.

Составление плана работы с педагогами и родителями.

Консультирование педагогов по темам: «Овладение детьми элементами оздоровительных технологий», «Использование пальчиковой гимнастики в свободной деятельности».

Консультирование родителей по темам: «Как избежать искривление осанки», «Береги зрение смолоду», «Домашний спортивный уголок».

Составление плана совместных бесед с родителями.

Организация спортивного развлечения с активным участием родителей по теме: «Здоровый ребенок в здоровой семье».

Подбор методической, художественной литературы.

3. Заключительный этап проекта

Практическая деятельность по решению проблемы:

Выступление с анализом проделанной работы на педагогическом совете, родительском собрании.

Презентация деятельности на родительском собрании по теме «Когда следует начинать занятия физкультуры с ребенком».

Презентация наглядной информации, как вида агитации и пропаганды здорового образа жизни.

Выпуск рукописной семейной газеты «Моя спортивная семья».

Организация творческой выставки детского рисунка «Мы растем здоровыми» (совместно с родителями).

4. Предполагаемые результаты

Изменение отношения детей к сохранению своего здоровья.

Активное участие педагогов и родителей в практическом опыте внедрения здоровьесберегающих технологий в жизни ребенка.

Создание в МБДОУ и семье медиатеки, включающий в себя развивающие и обучающие программы, художественную детскую литературу, дисков с записями учебных

<p>II день. Станция «Спортивная»</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Подвижные игры с бегом и прыжками. 2. Гимнастика для глаз. 3. Беседа «Какие виды спорта ты знаешь?» (рассматривание иллюстраций) Учить детей различать летние и зимние виды спорта. 4. Конкурс детского рисунка «Мы зарядкой заниматься любим с самого утра!» 5. Спортивное соревнование «Веселые старты». <p style="text-align: center;">Работа с родителями</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Привлечь родителей к оформлению фотовыставки «Вместе с папой, вместе с мамой спортом занимаюсь я!» 2. Оформление папки-передвижки «Спорт – это жизнь» 	<p>Младшая, средняя группа</p> <p>Старшая и подготовительная группа</p> <p>Подготовительная группа</p> <p>Средняя группа.</p> <p>Старшая группа</p>	<p>Воспитатели младшей, средней гр.</p> <p>Воспитатели старшей и подготов. гр.</p> <p>Инструктор по физ.воспитанию и воспитатели подготов. гр.</p> <p>Родители и воспитатели средней группы.</p> <p>Инструктор по физ.воспитанию.</p>
<p>3 день Станция «Смеха и веселья»</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. В течении дня прослушивание аудиозаписи веселой музыки, песенок, ритмические упражнения под музыку. 2. Просмотр мультфильма «Ну, погоди!» (Заяц и Волк в спортивном зале). 3. Конкурсы игр, забавные ритмические упражнения, эстафеты под музыку. 4. Премьера кукольного спектакля «Как Тиша здоровье искал» 5. Спортивный досуг «Дружная семейка» (с участием родителей) 	<p>Младшая, средняя группы</p> <p>Все группы</p> <p>Старшая, подготов. гр.</p> <p>Все группы</p> <p>Средняя, старшая, подготов. группа</p>	<p>Воспитатели младшей и средней гр., Музыкальный руководитель.</p> <p>Физ.инструктор, муз.руководитель, воспитатели старшей, подготов.гр.</p> <p>Воспитатели младшей, средней группы</p> <p>Физ.инструктор, родители</p>

<p style="text-align: center;">Работа с родителями</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Выпуск семейной рукописной газеты «Мы любим весело отдыхать». 2. Выход детей в цирк с родителями (выходной день) <p>4 день. Станция «Витаминная»</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Дидактическая игра «Во саду ли, в огороде» (учить отличать фрукты, овощи, их вкусовые качества и полезные свойства) 2. Сюжетно – ролевая игра «Овощной магазин» (закрепить названия фруктов и овощей и научить составлять из них разные блюда). 3. Чтение сказки В.Сутеева «Яблоко». Театрализация сценки по сказке «Яблоко» 4. Витаминизация (напиток из шиповника) 5. Спортивная эстафета «Уборка урожая» 6. Игра – соревнование «Кто быстрее приготовит витаминный салат» 7. Развлечение «Витаминный калейдоскоп» 	<p>Подготовительная группа</p> <p>Все группы</p> <p>Младшая группа</p> <p>Средняя группа</p> <p>Средняя группа</p> <p>Все группы</p> <p>Старшая, подготовительная группы</p>	<p>Родители подготов.гр.</p> <p>Родители всех групп</p> <p>Воспитатели младшей группы</p> <p>Воспитатели средней группы</p> <p>Воспитатели средней гр.</p> <p>Физ.инструктор, воспитатели старшей, подготов.гр.</p>
<p style="text-align: center;">Работа с родителями</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Вечер народных рецептов «Как люди в старину спасались от простуды» (беседа за чаепитием с родителями). 2. Выставка мини-музея «Лечебные травы Якутии» <p>5 день «Станция семейная»</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Беседа с детьми на тему «Мы дома». 2. Просмотр мультфильма «Три медведя» 3. Пальчиковая гимнастика, упражнения на дыхание, мимические упражнения на 	<p>Старшая группа</p> <p>Подготов.гр.</p>	<p>Воспитатели старшей гр.</p> <p>Родители и воспитатели подготов.гр</p>

укрепление мышц лица.		
4. Беседа «Как моя семья провела выходные дни»	Младшая, средняя группы	Воспитатели младшей и средней группы
5. Чтение художественной литературы «Сказание о Петре и Февронии»		
6. Досуг «Семейный праздник» (игры, танцы, конкурсы)	Старшая группа	Воспитатели старшей групп
7. Спортивный праздник «Большие гонки» (с родителями)	Подготовительная группа	Воспитатели подготов.гр
Работа с родителями		
1. Изготовление макета «Домашний спортивный уголок» (конкурс)	Все группы	Воспитатели всех групп, физ.инструктор Физ.инструктор, родители.
2. Участие родителей в спортивном празднике «Большие гонки»	Подготовительная группа	
	Старшая, средняя, подготов.гр.	Родители групп
	Подготов. гр	Физ.инструктор, родители, воспитатели подготов.гр

Литература:

1. Воронова К.Е. Формирование двигательной активности детей 5-7 лет. Игры – эстафеты.- изд. «Учитель», Волгоград, 2012
2. Журнал «Воспитатель» №1, 2009, №6 2009
3. Микляева Н.В. Детский сад и молодая семья: Основы успешного взаимодействия, Изд. Сфера, Москва 2013г.
4. Новикова И.М. «Формирование представления о здоровом образе жизни у дошкольников» изд. МОЗАИКА-СИНТЕЗ, Москва, 2010
5. Подольская Е.И. Формы оздоровления детей 4-7 лет. –изд. «Учитель» Волгоград, 2009.
6. Сигимова М.Н. Формирование представления о себе –изд. «Учитель» Волгоград, 2009.
7. Харченко Т.Е. Спортивные праздники в детском саду. Изд. Сфера, Москва 2013г.