

ПРОЕКТ «ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ – ЭТО ЗДОРОВО!»



Составила: Бигашева Ф.Л.
Воспитатель МБДОУ № 29

**«ЗАБОТА О ЗДОРОВЬЕ – ВАЖНЕЙШАЯ РАБОТА ВОСПИТАТЕЛЯ. ОТ ЖИЗНЕРАДОСТНОСТИ, БОДРОСТИ ДЕТЕЙ ЗАВИСИТ ИХ ДУХОВНАЯ ЖИЗНЬ, МИРОВОЗЗРЕНИЕ, УМСТВЕННОЕ РАЗВИТИЕ, ПРОЧНОСТЬ ЗНАНИЙ, ВЕРА В СВОИ СИЛЫ»
(В. СУХОМЛИНСКИЙ)**

Актуальность темы:

Среди многообразных факторов, влияющих на состояние здоровья и работоспособность растущего организма, двигательная активность – это естественная потребность в движении, удовлетворение которой является важнейшим условием всестороннего развития и воспитания ребенка.

- ▶ Тип проекта: долгосрочный (сентябрь – август)

I ЭТАП: РАЗРАБОТКА ПРОЕКТА

ЦЕЛЬ ПРОЕКТА:

сохранение и укрепление здоровья детей, способствовать формированию сознательного отношения к здоровью, как к главной ценности у всех участников проекта.

ЗАДАЧИ ПРОЕКТА:

- ▶ повышать интерес детей к здоровому образу жизни через разнообразные формы и методы физкультурно-оздоровительной работы;
- ▶ продолжать знакомить детей с правилами гигиены;
- ▶ способствовать укреплению здоровья детей через систему оздоровительных мероприятий;
- ▶ повышать педагогическую компетентность родителей по вопросу сохранения и укрепления здоровья ребенка;
- ▶ привитие интереса к разным видам спорта через познавательную деятельность;
- ▶ мотивация к ведению здорового образа жизни в рамках проекта и вне его;
- ▶ воспитание нравственного поведения;
- ▶ внедрение здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс.;
- ▶ организация здоровьесберегающей среды для благотворного физического развития детей.

ПРЕДПОЛАГАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОЕКТА:

- ▶ Сохранение и укрепление здоровья детей через систему комплексной физкультурно-оздоровительной работы;
- ▶ Создание предметной развивающей среды, обеспечивающей эффективность оздоровительной работы;
- ▶ Использование разнообразных форм взаимодействия с родителями с целью повышения уровня знаний по проблеме укрепления и сохранения здоровья детей.

ПЛАН РАБОТЫ НАД ПРОЕКТОМ:

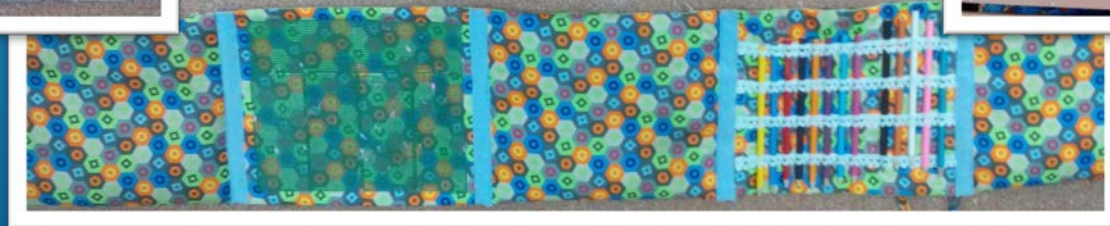
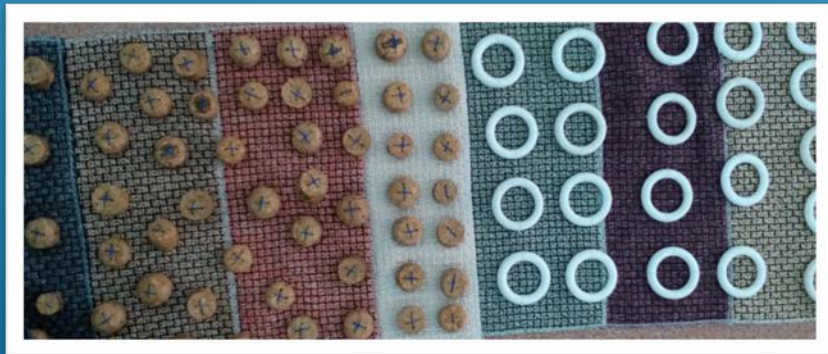
- ▶ Сбор информации: подборка фотографий, набор игр и упражнений различной направленности (для осанки, плоскостопия, мышц рук, ног, спины), знакомство с методической литературой по вопросам здоровьесбережения.
- ▶ Работа с детьми: упражнения, игры, чтение стихов и загадок; проведение бесед по темам «Полезно – не полезно», «Плохо – хорошо», «Чистота и здоровье», «Личная гигиена», «О здоровой пище», «Кто спортом занимается».
- ▶ Закаливающие процедуры: бодрящая гимнастика после сна, пребывание на свежем воздухе, полоскание горла, умывание, воздушные ванны, хождение по дорожке здоровья.
- ▶ Самостоятельная деятельность: подготовка и оформление Лепбука «ЗОЖ» в котором собраны дидактические игры, спортивные упражнения на все виды мышц, Физ минутки, Загадки о спорте, Иллюстрации со всеми видами спорта, Режимные моменты, Веселая зарядка и т.д.
- ▶ Работа с родителями: выставка познавательной литературы по физическому развитию детей и укреплению здоровья детского организма; консультации по темам «Семейные виды спорта», «О соблюдении детского режима», «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья», «Игра в жизни ребенка», «Занимайся гимнастикой по утрам», изготовление нестандартного оборудования(Лепбука).

II ЭТАП: РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА

Поставленные задачи реализуются через применение здоровьесберегающих образовательных технологий, таких как:

- Организационно-педагогические технологии, определяющие структуру воспитательно-образовательного процесса, способствующие предотвращению состояния переутомления;
- Психолого-педагогические технологии, связанные с непосредственной работой педагога с детьми;
- Учебно-воспитательные технологии, которые включают программы по обучению заботе о своем здоровье и формированию культуры здоровья.

СОЗДАНИЕ ПРЕДМЕТНОЙ РАЗВИВАЮЩЕЙ СРЕДЫ



РАБОТА С ЛЕПБУКАМИ







ТЕМАТИЧЕСКИЕ БЕСЕДЫ С ДЕТЬМИ:

«Как нужно заботиться о своем здоровье».

«Чистота — залог здоровья».

«Полезно – не полезно».

«Личная гигиена».

«О здоровой пище».

ИГРОВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ:

№	Название игры	Цель
1	Подвижная игра «Солнышко и дождик»	развивать двигательную активность детей
2	«Озорной мяч»	выполнять подскоки в своем темпе и ритме
3	«Воробышки и автомобиль»	закрепление бега в разных направлениях
4	Дидактические и развивающие игры «Чудесный мешочек», «Узнай и назови овощи»	развивать представление детей о вкусной и полезной еде
5	«Кошки - мышки»	бегать в определенном направлении не толкая друг друга, ходить на носках
6	Подвижная игра «Кошечка»	развитие навыка ползания, укрепление мышц туловища, рук и ног
7	«Быстрые ножки бегут по дорожке»	бегать быстро – медленно, реагировать на сигнал.
8	«Волшебный лес» – комплекс подвижных игр, основанных на подражательных движениях различным животным: медведю, зайцу, лисичке, собачке, кошке и пр.	упражнять детей в беге, ходьбе, ползать на четвереньках, сохранять равновесие, прыгать на двух ногах на месте, формировать качество личности.
9	«Развитие движения у детей дошкольного возраста»	закрепление основных видов движения, воспитывать положительные эмоции, формировать умение правильной осанки
10	«В стране здоровья»	формировать сознательное отношение к здоровью, учить заботиться о своем здоровье, вызвать эмоциональный настрой





III ЭТАП: ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ ПРОЕКТА

В ходе проведения проекта «Здоровый образ жизни» были получены следующие результаты:

- ▶ У детей старшей группы появился интерес и желание вести здоровый образ жизни.
- ▶ Дети с удовольствием ходят босиком по дорожке здоровья, самостоятельно овладели методикой полоскания рта, охотно используют Лепбук, испытывая при этом удовольствие, умывают руки по локоть, полощут рот, играют с водой.
- ▶ Дети самостоятельно проявляют инициативу к движению: бегают, прыгают, играют с мячом, ползают, лазают не только в группе, но и на улице.
- ▶ Снизилась заболеваемость детей.



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

